

КАЗАНСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИНСТИТУТ СОЦИАЛЬНО-ФИЛОСОФСКИХ НАУК И
МАССОВЫХ КОММУНИКАЦИЙ
Кафедра социальной философии

Е.В.ГУБИНА
ФИЛОСОФИЯ САМОРАЗВИТИЯ ЧЕЛОВЕКА

Учебно-методическое пособие

Казань 2015

УДК

ББК

*Рекомендовано к публикации на заседании кафедры социальной
философии*

Протокол №3 от 2 ноября 2015 года

Рецензенты:

кандидат философских наук

доцент кафедры общей философии КФУ **З.З.Ибрагимова;**

кандидат философских наук доцент кафедры философии и истории КГАСУ

Л.Ф.Гайнуллина.

Губина Е.В. Философия саморазвития человека/ Е.В. Губина. –Казань:

Казан. ун-т, 2015. – 73с.

Учебно-методическое пособие по курсу «Философия саморазвития человека» предназначено для магистров, обучающихся по направлению подготовки 47.04.01 «Философская антропология и биоэтика», а также для бакалавров, магистрантов и аспирантов философских специальностей. Излагается тематическое содержание курса, предлагаются планы семинарских занятий, темы контрольных работ, рекомендуемая литература, приложения. Подготовлено на кафедре социальной философии ИСФН КФУ.

© Губина Е.В., 2015

© Казанский университет.

Казань 2015

ОГЛАВЛЕНИЕ

I. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ.....	4
II. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ.....	9
III. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА.....	11
IV. ПЛАНЫ СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ.....	16
V. ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ	25
VI. ВОПРОСЫ К ЗАЧЕТУ	26
VII. ТЕРМИНОЛОГИЧЕСКИЙ СЛОВРЬ.....	27
VIII. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА.....	32
XIX. ПРИЛОЖЕНИЯ	36

I. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

Специфика профессиональной деятельности в современных условиях предъявляет повышенные требования к подготовке будущих специалистов. В этой связи наиболее важным в профессиональном обучении представляется не просто увеличение суммы знаний, не просто усиление управленческих и коммуникативных навыков обучающихся, а формирование подлинного субъекта профессиональной деятельности, способного к постоянному, личностному и профессиональному росту, т.е. к саморазвитию. Этим обстоятельством и определяется необходимость введения в учебный план магистратуры нового курса «Философия саморазвития человека».

Антропологический принцип философии развития, положенный в основу данного курса, трактует саморазвитие как кардинальное преобразование процессов самости, как фундаментальную способность человека становиться и быть подлинным субъектом собственной жизни, превращать собственную жизнедеятельность в предмет практического преобразования. Поэтому усиление субъектности, т.е. способности овладеть собственным поведением, внутренними состояниями, стать подлинным распорядителем своих душевных сил, – является главным результатом саморазвития и ориентирует на поиск внутренних источников личностного роста человека.

Фундаментальным механизмом саморазвития выступает рефлексия, позволяющая не только осуществлять самоанализ, но оценивать условия, границы, способы своей деятельности, контролировать ее ход и результаты.

Рефлексия производит высвобождение сознания из поглощенности бытием, собирает самоопределившуюся личность среди многого в одно, делает человека человеком. Рефлексивная техника самоанализа выступает основой указанного курса. Научиться осознанно и целенаправленно управлять своими процессами, контролировать и направлять их ход, помогают «техники себя», позволяющие достичь и поддерживать высокую внутреннюю форму посредством мысленного сосредоточения.

Центральным понятием спецкурса выступает образ «Я». Роль этого структурного элемента самосознания трудно переоценить, поскольку именно образ «Я» не только организует, согласовывает и упорядочивает внутренний опыт, но и подчиняет себе естественное поведение человека. Личность – это такой тип организации и поведения человека, в котором ведущую роль приобретают «образы себя» и действия с ними.

В рамках спецкурса студенты не только научаются выявлять свой образ «Я», но и выходить за его пределы, видеть себя со стороны, глазами другого. Тем самым достигается более реалистичный образ себя как основа самоуважения и успешной профессиональной деятельности. Большое внимание в курсе уделяется созданию адекватного образа себя, выработке полного и адекватного отношения к себе. Формирование эмоциональной культуры специалиста, способного целенаправленно контролировать и направлять свои эмоциональные переживания, работа с отрицательными эмоциями: страхом, неуверенностью в себе, оценочной зависимостью – выступает содержанием и важнейшей задачей курса. Осознание и овладение межличностными отношениями, обнаружение барьеров, мешающих продуктивному взаимодействию, составляет необходимое условие успешной деятельности будущего специалиста, его профессиональной состоятельности и компетентности.

Для решения этих задач задействуются не только отобранные и доказавшие свою эффективность психологические техники, но и весь арсенал философской мысли и культуры, в рамках которых формировалось подлинное искусство жизни, достижение житейской мудрости, обреталось спасение.

Заявленный курс лежит на границе философского и психологического, развивает уже накопленные в ходе обучения в рамках философии и психологии знания. Но перед нами именно философский курс, хотя мы и будем заниматься человеческой субъективностью. Практики и техники работы с собой, со своей субъективностью, которые сегодня нам хорошо известны и которые по определению относят к ведомству психологии, очень древние, возникли еще до

всякой психологии в рамках философских движений и кружков, прежде всего как принципы собственно философского образа жизни, как фундаментальные формы духовного опыта. И лишь впоследствии через христианскую аскетику, существенно видоизменяясь, дошли до сегодняшнего дня и стали психологическими методиками и техниками. Поэтому целью нашего курса является не только познание себя и своей субъективности, но способы и формы взаимодействия человека и мира, субъекта и истины, обретение «опыта себя в мире». Отсюда и ориентация на внимательное и вдумчивое чтение, прежде всего, философских текстов.

Форма практических занятий в рамках курса мало похожа на традиционную. Это, скорее, проблемный семинар, клуб, мастерская, где происходит живое обсуждение не только мотивов учебной и профессиональной деятельности, но и личностных, жизненных смыслов, да и будущего в целом. Такая форма занятий нацелена на смещение акцентов с внешних условий на самого себя, на свое профессиональное и человеческое «Я», на определение своих предметно-практических границ и возможностей, своей готовности к профессиональной деятельности.

Широко используется метод моделирования критических ситуаций, где проверяется и формируется активность и самостоятельность, умение конструктивно вести себя в конфликтной ситуации, противостоять давлению. Осваивая основы «культуры себя», обучаясь практикам себя, студент делает важный шаг к обретению внутренней свободы, к самоосвобождению, которое является основой любой продуктивности. Позитивное восприятие себя, освоение методов самоодобрения и самоподдержки, ориентация на лучшее в себе, вера в собственные силы, опора на них – главная задача указанного курса.

Наиболее значимой и трудно осознаваемой студентами проблемой профессионального становления является проблема выстраивания ценностно-смысловой структуры личности.

В процессе освоения курса приходится сталкиваться с неосознанностью, неотрефлексированностью собственных жизненных целей и ценностей,

отсутствием собственного направления в жизни. Понимание смысла и содержания профессии слабо осмыслено, ярко выражена ориентация на успех, без серьезного анализа средств и способов его достижения. Профессионализм мыслится в отрыве от гуманистических задач профессии. Жизненная стратегия не выстраивается осознанно как призвание, служение, обретение себя в профессии. Однако все это «нормальные», естественные для молодых трудности, а значит и точки роста, достройки, собирания себя.

Каждый раз, встречаясь с новой группой, испытываешь интерес и желание поделиться знаниями, опытом, помочь, поддержать, услышать, создать условия для проявления каждого, пробраться к «человеку», находящемуся в непрерывном открытии своих новых черт и возможностей, пробивающемуся к самому себе издалека, из-под наличных ролей и навязанных извне ожиданий.

1. Цель и задачи курса

- сформировать у студентов представление о теоретическом и практическом аспектах творческого саморазвития личности;
- поддержать и развить навыки самореализации, самоконтроля и самоуправления, необходимые для успешной учебной и профессиональной деятельности;
- познакомить с технологиями саморазвития, приемами психотехники, способами осознания и овладения структурами самости, помочь развить лидерские, управленческие и коммуникативные навыки.

2. Место курса в системе социогуманитарного образования

Учебная дисциплина «Философия саморазвития человека» относится к базовой общепрофессиональной составляющей цикла подготовки магистранта по направлению «Философская антропология и биоэтика».

Дисциплина «Философия саморазвития человека» нацелена на усиление способности стать субъектом профессиональной деятельности, на поиск

внутренних источников личностного роста. Курс «Философия саморазвития человека» опирается на знания, полученные студентами в рамках дисциплин общегуманитарного цикла, и углубляет их представление о себе как о субъекте не только учебной, но и будущей профессиональной деятельности.

3. Требования к уровню освоения содержания курса «Философия саморазвития человека»

Магистр, прослушавший курс «Философия саморазвития человека», должен:

- знать основные подходы, принципы, категории философии саморазвития человека;
- иметь представление о структуре, уровнях и формах субъективной реальности;
- обладать знаниями о понятии, формах и уровнях рефлексии как основного механизма саморазвития;
- освоить основные техники и практики себя, позволяющие конструктивно разрешать противоречия самости;
- грамотно и самостоятельно анализировать, оценивать и преобразовывать субъективную реальность, становясь ее субъектом;
- формулировать и решать проблемы, возникающие в процессе практического преобразования процессов самости;
- осуществлять самоанализ и выявлять внутренние источники личностного роста;
- конструктивно вести себя в конфликтной ситуации, эффективно противостоять давлению;
- владеть технологиями саморазвития, приемами психотехники, способами осознания и овладения различными структурами самости, навыками грамотного управления межличностными отношениями;

- применять в профессиональной деятельности знания, умения и навыки, полученные в ходе освоения дисциплины

Форма итогового контроля: зачет в 1 семестре

II. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

	Раздел дисциплины	Лекции	Семинарские занятия	Самостоятельная работа	Всего
1.	Антропологический принцип в философии развития: развитие как саморазвитие	2	2	0	4
2.	Субъективность как объект и субъект саморазвития: природа и внутренняя структура.	2	2	0	4
3.	Рефлексия как основной механизм саморазвития.	0	2	0	2
4.	Практики «себя». Способы осознания и овладения структурами самости.	0	4	0	4
5.	Индивидуальный уровень самости. Способы осознания и овладения телесностью.	0	2	0	2
6.	Субъект как источник активности и распорядитель	0	4	0	4

	душевных сил.				
7.	Ценностно-смысловой (личностный) уровень самости	0	4	0	4
	ИТОГО	4	20	0	24

III. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Тема 1. Антропологический принцип в философии развития:

развитие как саморазвитие.

Развитие как ключевое понятие в современной культуре. Идея развития в философском дискурсе. Развитие как способ бытия универсума и принцип объяснения и понимания мира в философии Г.Ф.Гегеля. Многообразие представлений о развитии в современных философских направлениях.

Основные подходы к проблеме развития человека в философии. Парадигмы развития в системе гуманитарного знания. Натурализм – установка природной обусловленности развития человека. Социоморфизм – установка социального детерминизма. Гносеологизм – идеология предустановленной гармонии. Культурализм – установка преобразования культуры в мир личности. Теологизм – парадигма происхождения и назначения человека. Антропологизм – установка единства человека и мира. Общенаучные подходы к проблеме развития человека. Субъектный подход к проблеме развития. Развитие как саморазвитие. Выявление и описание механизмов преобразования человеком природных и социальных предпосылок, культурных и духовных условий в средства своего развития и саморазвития. Идея М.Фуко о необходимости постоянного воссоздания себя в своей автономности. Идея М.К.Мамардашвили об искусственности и самовыстроенности человека. Понятие, структура, особенности, противоречия и движущие силы саморазвития. Совпадение объекта и субъекта развития. Саморазвитие как развитие человеком своей самости.

Тема 2. Субъективность (субъективная реальность) как объект и субъект саморазвития: природа, внутренняя структура

Субъективность как базовая категория философской антропологии, определяющая общий принцип существования человеческой реальности,

непосредственного самобытия человека. Антропологическая реальность как набор дискурсов желания и власти, стратегий и практик у М.Фуко.

О природе субъективной реальности. Философский смысл субъективности, как категории, обозначающей специфически человеческий способ бытия. Проблемы субъективности в западной философской традиции. Проблемы субъективности в отечественной философии: Г.С.Батищев, М.Бахтин, Э.В.Ильенков, М.К. Мамардашвили, Ф.Т.Михайлов. Категории «субъект», «субъективность» и «субъективная реальность». «Субъективная реальность» как центральная категория антропологического подхода в философии развития человека. Образы субъективной реальности. Субъективность как отношение к самому себе и способность быть «для себя». Способность к рефлексии как существо самого принципа субъективности. Методы описания и понимания субъективности. Событийная общность – объект и источник развития субъективности. Субъективность как форма бытия и способ организации человеческой реальности, которая обнаруживает себя в способности человека встать в практическое (преобразующее) отношение к собственной жизнедеятельности. Несовпадение индивида с самим собой, как основа самодетерминации.

Индивидуализация субъективной реальности. История человеческого «Я» как рефлексивного проекта. История субъекта, который учреждает сам себя, прибегая к соответствующим техникам себя, санкционированным той или иной культурой. Изучение и описание «Я реальности»: степень когнитивной сложности; внутренней цельности; степень устойчивости; степень самопринятия и самоуважения. Механизмы психологической защиты как условия поддержания единства образа «Я». Развитие человека во всем многообразии форм и способов его становления: как природного индивида, как социокультурного и духовно-практического существа. Модусы человеческой реальности: индивидный уровень; субъектный уровень; личностный (духовный) уровень.

Тема 3. Рефлексия как основной механизм саморазвития: природа, функции, виды.

Понятие рефлексии в философии. Понятие и виды рефлексии у Ф.Г.Гегеля: полагающая, сравнивающая, определяющая, синтезирующая. Синтезирующая рефлексия как высвобождение из всякой поглощенности (из поглощенности всяким), как шаг на пути снятия противостояния субъекта и объекта. Трансцендирующая рефлексия как «расширяющееся сознание». Синтезирующая и трансцендирующая рефлексия как механизмы собственно личностного развития. Рефлексия как ядро сознания, как смысловой центр человеческой реальности. С.Л. Рубинштейн о двух способах существования человека. Рефлексия как практика сознания – осознание самости, собственной субъективности. Формы и уровни рефлексии. Самоидентичность как рефлексивный проект в современном обществе. Трансцендирование и объективация. Проблема трансцендирования к себе. Собираение себя как онтологическая задача.

Тема 4. Практики «себя». Способы осознания и овладения структурами самости.

Мишель Фуко об истории становления практик себя в истории западного мышления. Античная "культура себя" как ансамбль практик, сложившихся под знаком древнего императива "заботы о себе». Практики христианской аскетики отказа от себя и самоотречения как условие доступа к истине. Восточные и западные духовные практики: дискурс господства и дискурс общения. Духовные практики в восточном христианстве (исихазме). Рефлексивные практики «себя» в новоевропейской философии. Три формы рефлексивной техники в западном мышлении: припоминание, размышление, метод. Духовные практики: понятие, формы, виды. Практики себя как специфическое знание и инструмент гармонизации отношений с миром. Философские практики себя: воздержание, досмотр сознания (души), испытание сознания, предварение зла и

другие. Философская аскеза как связь субъекта с истиной, как способ превращения логоса в этос. Философская аскетика: техники слушания, говорения истины, техники чтения, письма и др.

Классическая йога как совокупность психотехнических способов очищения сознания, как искусство достигать собранности сознания, преодолевая его рассеяние. Тибетский тантрический буддизм как обретение всего комплекса способностей телесной трансформации, передаваемой понятиями «состояния Будды» и «тело Будды». Дзэн как техника достижения просветления, не имеющая отношение к Богу. Даосизм; суфизм; античная мистика. Стратегии религиозной самореализации: путь очищения и путь экстаза

Способы осознания и овладения внутренним миром: приемы психотехники; аутотренинг, медитация, анализ сновидений и др.

Тема 5. Индивидуальный уровень самости. Способы осознания и овладения телесностью.

Человек как индивид: целостность конкретного субъекта, продукта биологической эволюции. Индивидуальные свойства человека: возрастно-половые и индивидуально-типические. Осознание собственной половой идентичности.

Осознание и овладение индивидуальными свойствами. Тело как объект рефлексивной обработки. Тело и телесность. Телесные режимы как особые практики контроля телесных потребностей и формирования образа своего тела.

Тело как посредник между мной и миром. Тело-канон как идеальная форма, как совокупность норм поведения. Тело как объект и мишень власти: в тисках запретов и обязательств. «Дисциплинарное тело», «подчиненное и послушное тело». «Феноменальное тело» как продукт нашего творчества.

Тема 6. Субъект как источник активности и распорядитель душевных сил.

Душевная жизнь как субъективное непосредственное бытие - непосредственная очевидная реальность. «Забота о себе» как забота о душе в античных практиках себя. Понятие субъекта в философии. Человек как субъект – целостность душевной жизни, интеграция личностных процессов и свойств. Субъектность как центральная категория человеческой субъективности и философии саморазвития. Субъект деятельности и субъект собственной жизни. Уровень субъектности как проявление совокупности родовых способностей: мышления, желания, воли, чувств. Человек как субъект – высшая системная целостность всех его процессов, состояний, свойств, его сознания и бессознательного.

Стороны душевной жизни человека: желания, чувства, разум, воля. Эмоции и чувства как особые стороны душевной жизни человека. Способности и характер как образования субъектности человека. Способы осознания и овладения желаниями и чувствами. Рефлексия характера и способностей.

Тема 7. Ценностно-смысловой (личностный) уровень самости.

Понятие духовного бытия. Принцип духовности в человеческой реальности. Духовность как родовое определение человеческого способа жизни. Дух как новый и кардинальный принцип бытия человеческой реальности у М. Шелера. Духовное бытие как освобождение человека от чужой и своей собственной самости, как прорыв к свободе. Духовная реальность как особая реальность человеческого бытия. Духовная жизнь человека как обращенность к другому, как способность действовать согласно высшим нравственным ценностям и поступать в соответствии с ними. Становление субъективного духа человека в его индивидуальной жизни как обретение полноты и целостности субъективной реальности человека. Понятие духовности как процесса преобразования субъекта, обеспечивающего доступ к

истине. Духовность как практика, опыт, путь изменения себя у М.Фуко. Идея спасения как ключевой элемент «культуры себя», как достижение адекватного и полного отношения к самому себе.

Спасение в эллинистической культуре и христианской аскезе. Спасение как попытка отсчитывать жизнь от самого себя (М.Мамардашвили). Ступени духовного роста человека. Уровень личностного бытия. Личностные ценности. Становление индивидуальности как процесс индивидуализации субъективной реальности. Личность и индивидуальность как разные измерения духовной сущности человека. Индивидуальность как внутренний диалог человека с самим собой, выход в уникальную подлинность самого себя. Индивидуальность как авторство собственной жизни. Диалог духовного и наличного «Я».

Дух как сила самоопределения к лучшему, как дар – вывести себя внутренне из любого жизненного содержания, противопоставить его себе, избрать или отвергнуть. Дух как сила, которая имеет дар усилить себя. Дух как создание формы и закона своего бытия, творения себя и способов своей жизни. Духовная традиция в христианской антропологии. Катарсис и покаяние как изменение сознания. Символический язык личностных смыслов и духовного опыта. Нравственная самореализация как достижение аутентичности «Я», верности самому себе. Поиск предназначения и личностного воплощения. Способы рефлексии ценностно-смыслового уровня самости.

IV. ПЛАНЫ СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ

Тема 1. Антропологический принцип в философии развития: развитие как саморазвитие.

1. Философское осмысление процесса развития человека: основные подходы к развитию человека в философском дискурсе. Парадигмы развития человека в системе гуманитарного знания: натурализм, социоморфизм, гносеологизм, культурализм, теологизм.

2. Развитие как саморазвитие. Особенности процесса саморазвития.
3. Движущие силы, механизмы, противоречия и источники саморазвития.

Литература

1. Сайкина Г.К. Трудно быть человеком.: (метафизические маршруты человека) / Г. К. Сайкина.— Казань: Казанский университет, 2012.
2. Философия: учебник / В. Д. Губин. – М.: Проспект, 2011.
3. Философская антропология: учебное пособие. – М., 2012.
4. Фуко М. Герменевтика субъекта. Социо - логос. – М., 1991.
5. Фуко М. Герменевтика субъекта: Курс лекций, прочитанных в Коллеж де Франс 1981—1982 учебном году /Пер. с фр. А. Г. Погоняйло – СПб.: Наука, 2007. – 677 с.

Тема 2. Субъективность (субъективная реальность) как объект и субъект

1. Понятие «субъективной реальности» в психологическом и философском анализе.
2. История форм субъективности в западном мышлении. История развития форм субъективности в работе М.Фуко «Герменевтика субъекта».
3. Структуры самости: индивидуальный, субъектный, ценностно-смысловой.
4. Открытие собственного «Я». «Я реальность» и ее освоение. Кризис идентичности.
5. Образ Я и механизмы психологической защиты.

Литература

1. Гидденс Э. Последствия современности. – М.: «Праксис», 2011.
2. Кон И. Открытие «Я». – М., 1978.
3. Михайлов Ф.Т. Загадка человеческого «Я». – М., 1976.
4. Михайлов Ф.Т. Сознание и самосознание. – М., 1991.
5. Розин В.М. Человек культурный. Введение в антропологию: Учебное пособие. – М., 2003. – 304с.
6. Сайкина Г.К. Трудно быть человеком...: (метафизические маршруты человека) / Г. К. Сайкина.— Казань: Казанский университет, 2012.
7. Философия: учебник / В. Д. Губин. – М., 2011.
8. Философская антропология: учебное пособие.— М., 2012.
9. Философия. Актуальные проблемы. Учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности «Философия»/ В.Д. Губин. – РГГУ Омега-Л, 2005. – 370с.
10. Фуко М. Герменевтика субъекта. Социо - логос. – М., 1991.
11. Фуко М. Герменевтика субъекта: Курс лекций, прочитанных в Коллеж де Франс 1981—1982 учебном году /Пер. с фр. А. Г. Погоняйло. – СПб., 2007. – 677 с.

Тема 3. Рефлексия как основной механизм саморазвития

1. Понятие рефлексии в философии;
2. Виды, уровни и формы рефлексии;
3. Рефлексия как определение личностного способа жизни;
4. Объективация и трансцендирование.

Литература

1. Абельяр П. История моих бедствий. – М., 1959.

2. Августин А. Исповедь. – М., 1992.
3. Аристотель О душе. – М., 1937.
4. Ассоджиолли Р. Психосинтез. – М., ЭКСМО-ПРЕСС, 2002.
5. Гидденс Э. Последствия современности. – М.: «Праксис», 2011.
6. Философия: учебник / В. Д. Губин. – М.: Проспект, 2011.
7. Философия. Актуальные проблемы. Учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности «Философия»/ В.Д. Губин. – М.: Омега-Л, 2005. – 370с.
8. Философская антропология: учебное пособие. – М., 2012.
9. Розин В.М. Человек культурный. Введение в антропологию: Учебное пособие. – М., 2003. – 304с.
10. Розин В.М. Психология: наука и практика: Учебное пособие/ В.М. Розин. – М.: РГГУ: Омега-Л, 2005. – 544с.
11. Сайкина Г.К. Трудно быть человеком...: (метафизические маршруты человека) / Г. К. Сайкина.— Казань: Казанский университет, 2012.
12. Фуко М. Герменевтика субъекта. Социо - логос. – М., 1991.
13. Фуко М. Герменевтика субъекта: Курс лекций, прочитанных в Коллеж де Франс 1981—1982 учебном году /Пер. с фр. А. Г. Погоняйло. – СПб., Наука, 2007. – 677 с.

***Тема 4. Практики «себя». Способы осознания и овладения
структурами самости.***

1. Исторический аспект в развитии духовных практик.
2. Западная и восточная традиции личностного спасения;
3. Императив «заботы о себе» и рефлексивные практики в античности.
4. Духовные практики: классическая йога; тибетский буддизм; дзэн;

Литература

1. Ассоджиолли Р. Психосинтез – М.: ЭКСМО-ПРЕСС – 2002.
2. Кант И. О характере как образе мыслей// Психология личности. Тексты. – М., 1982. –С.232.
3. Лехциер В.Л. Забота о себе и проблема философского образования. [Электронный ресурс] URL: <http://hpsy.ru/authors/x484>
4. Рейноутер Дж. Это в ваших силах. – М., 1997.
5. Сайкина Г.К. Трудно быть человеком...: (метафизические маршруты человека) / Г. К. Сайкина.— Казань: Казанский университет, 2012.
6. Томас Дж. Практика психосинтеза. Упражнения, направленные на развитие личности и достижение духовного роста – М., 1992.
7. Философия: учебник / В. Д. Губин. – М., 2011.
8. Философская антропология: учебное пособие. – М., 2012.
9. Фуко М. Герменевтика субъекта. Социо - логос. – М., 1991.
10. Фуко М. Герменевтика субъекта: Курс лекций, прочитанных в Коллеж де Франс 1981—1982 учебном году /Пер. с фр. А. Г. Погоняйло. – СПб., 2007. – 677 с.
11. Юнг К.Г. Проблемы души нашего времени. – М., 1994.
12. Хоружий С.С. К феноменологии аскезы. – М., 1998.
13. Хоружий С.С. Заметки к энергийной антропологии. «Духовная практика» и «отвержение чувств»: два концепта в сравнительной перспективе./ /Вопросы философии. – № 3.– 1999. – С.55-84. [Электронный ресурс]URL :<http://azbyka.ru/hristianstvo/chelovek/horuzhiypravoslavnyaskeza45-all.shtml>
14. Хоружий С.С.Исихазм как пространство философии// Вопросы философии. – № 9. – 1995.– С.80-94.

Тема 5. Индивидуальный уровень самости. Способы осознания и овладения телесностью.

1. Индивидуальный уровень бытия. Индивидуальные свойства человека: возрастно-половые и индивидуально-типические. Осознание собственной индивидуальной идентичности.
2. Тело как посредник между мной и миром. Тело как объект и мишень власти. Тело как объект рефлексивной обработки.
3. Тело и телесность. Телесные режимы как особые практики контроля телесных потребностей и формирования образа своего тела.

Литература

1. Кант И. О характере как образе мыслей// Психология личности. Тексты—М., 1982. — С.232.
2. Леви В.Л. Ближе к телу. — М.: Метафора, 2003. — 224с.
3. Розин В.М. Человек культурный. Введение в антропологию: Учебное пособие. — М., 2003. —304с.
4. Сайкина Г.К. Трудно быть человеком...: (метафизические маршруты человека) / Г. К. Сайкина.— Казань: Казанский университет, 2012.
5. Философия: учебник / В. Д. Губин. — М., 2011.
6. Философская антропология: учебное пособие. — М., 2012.
7. Фуко М. Герменевтика субъекта. Социо - логос. — М.,1991.
8. Фуко М. Герменевтика субъекта: Курс лекций, прочитанных в Коллеж де Франс 1981—1982 учебном году /Пер. с фр. А. Г. Погоняйло. — СПб.: Наука, 2007. — 677 с.
9. Юнг К.Г. Проблемы души нашего времени. — М., 1994.

***Тема 6. Субъект как источник активности и распорядитель
душевных сил.***

1. Понятие субъекта в философии. Субъектность как центральная категория человеческой субъективности и центральная категория философии саморазвития.
2. Стороны душевной жизни человека. Эмоции и чувства как особые стороны душевной жизни человека. Способы осознания и овладения желаниями и чувствами.
3. Способности и характер как образования субъектности человека.
Отношение к самому себе как основа отношения к миру. Типология характера. Рефлексия характера и способностей.

Литература

1. Кант И. О характере как образе мыслей// Психология личности. Тексты. – М., 1982. – С.232.
2. Леви В.Л. Приручение страха. – М.: Метафора, 2006. – 192с.
3. Розин В.М. Человек культурный. Введение в антропологию: Учебное пособие. – М., 2003. –304с.
4. Сайкина Г.К. Трудно быть человеком...: (метафизические маршруты человека) / Г. К. Сайкина.— Казань: Казанский университет, 2012.
5. Философия: учебник / В. Д. Губин. – М.: Проспект, 2011.
6. Философская антропология: учебное пособие. – М., 2012.
7. Фуко М. Герменевтика субъекта. Социо - логос. – М.,1991.

8. Фуко М. Герменевтика субъекта: Курс лекций, прочитанных в Коллеж де Франс 1981—1982 учебном году /Пер. с фр. А. Г. Погоняйло. – СПб.: Наука, 2007. – 677 с.
9. Юнг К.Г. Проблемы души нашего времени. – М., 1994.

Тема 7. Ценностно-смысловой (личностный) уровень самости.

1. Понятие духовного бытия человека. Духовная реальность как особая реальность человеческого бытия.
2. Духовность как практика как опыт, как путь изменения себя.
Практика духовности как трансформация бытия субъекта, обеспечивающая доступ к истине.
3. Идея спасения как ключевой элемент «культуры себя», как достижение адекватного и полного отношения к самому себе у М.Фуко.
4. Ступени духовного роста человека. Уровень личностного бытия. Личностные ценности. Индивидуальность как авторство собственной жизни.

Литература

1. Губин В.Д. Жизнь как метафора бытия / В.Д. Губин. – М.: Рос. Гос. Ун-т. 2003.
2. Ильин И.А. Собр. Соч. в 10 т. М., 1993. Т.1. – С.95.
3. Кант И. О характере как образе мыслей// Психология личности. Тексты. – М., 1982. –С.232.
4. Розин В.М. Человек культурный. Введение в антропологию: Учебное пособие. – М., 2003. – 304с.

5. Сайкина Г.К. Трудно быть человеком...: (метафизические маршруты человека) / Г. К. Сайкина.— Казань: Казанский университет, 2012.
6. Сумерки богов / Сост., общ. ред. А.А. Яковлева: перевод. – М.: Политиздат, 1990. – С. 78-79.
7. Философия: учебник / В. Д. Губин. – Москва: Проспект, 2011.
8. Философская антропология: учебное пособие. – Москва: Омега-Л, 2012.
9. Фуко М. Герменевтика субъекта. Социо - логос. – М.,1991.
10. Фуко М. Герменевтика субъекта: Курс лекций, прочитанных в Коллеж де Франс 1981—1982 учебном году /Пер. с фр. А. Г. Погоняйло. – СПб.: Наука, 2007. – 677 с.
11. Франк С.Л. Сочинения. – М., 1990.
12. Франкл В. Человек в поисках смысла /В. Франкл; Общ. ред. Л.Я.Гозмана, Д.А.Леонтьева; Вступ. статья Д.А. Леонтьева. – М.: Прогресс, 1990. – 366с.
13. Хоружий С.С. Очерки синергийной антропологии/ С.С. Хоружий. – М.: Институт философии, теологии и истории св. Фомы, 2005. – 408с.
14. Шатунова Т.М. Социальный смысл онтологии эстетического: (опыт оправдания красотой)/ Т.М. Шатунова. – Казань: Казан. Гос. ун-т, 2007. –154с.
15. Шелер М. Положение человека в космосе/ М.Шелер// Проблема человека в западной философии: Переводы. – М.: Прогресс, 1988. – С.31-95.
16. Юнг К.Г. Проблемы души нашего времени. – М., 1994.

VI. ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ

1. Проблема субъекта в философии саморазвития.
2. Диалог как форма общения с самим собой.
3. Развитие рефлексии как углубление уровней самости.
4. Самопознание в мире сознания: природа и функции.
5. Страх как фундаментальное основание человеческого бытия и его преодоление.
6. Личность как рефлексивный проект, основанный на самостоятельном выборе форм идентичности и жизненного стиля.
7. Проблема поиска и обретения идентичности в современном обществе.
8. История развития практик духовного самосовершенствования.
9. Проблемы поиска самоидентичности и рефлексивности в условиях поздней современности.
10. История индивидуального «Я» как формы представления и переживания самого себя и социального мира и окружающей среды.
11. Тело как объект рефлексивной обработки. Телесные режимы как особые практики контроля телесных потребностей и формирования образа своего тела.
12. Смерть – «последняя надежда стать человеком».
13. Императив «заботы о себе» в золотом веке «культуры себя» в работе М.Фуко «Герменевтика субъекта».
14. Понятие «обращения субъекта» в эллинистической и христианской модели.
15. Понятие аскезы как способ связи истины с субъектом. Античная и христианская аскеза.
16. Понятие «спасения» в эллинистической и христианской традиции.

17. Духовные упражнения Марка Аврелия.
18. Жизнь как испытание и духовные упражнения в философских практиках стоиков.
19. Упражнения «досмотра души» и «предварения зла» в философских практиках стоиков.
20. М. Мамардашвили о способах (форме) собирания себя.

VII. ВОПРОСЫ К ЗАЧЁТУ

1. Антропологический принцип в философии развития.
2. Основные подходы к проблеме развития в философии: их достоинства и ограничения.
3. Понятие саморазвития: сущность, механизмы, движущие силы.
4. Понятие субъективной реальности: сущность, структура, образы и функции.
5. «Я – реальность»: структура, функции и роль в самосознании.
6. Понятие рефлексии: сущность, виды, уровни, формы.
7. Рефлексивные практики как основной механизм саморазвития.
8. Практики «себя»: история, традиции, формы.
9. Индивидуальный уровень самости и способы работы человека со своим телом.
10. Субъектный уровень самости и способы работы человека со своими желаниями, чувствами, способностями, волей.
11. Практики овладения страхом, тревогой и гневом в философии стоиков.
12. Ценностно-смысловой уровень самости: его структура и способы обнаружения.

13. Смысловая вертикаль: формирование и развитие личностных ценностей.
14. Психотехнические практики как механизм гармонизации отношений с собой и миром.
15. Философские практики себя: воздержание, досмотр души, предварения зла.
16. Философская аскеза: практики формирования субъекта истины как субъекта морального поведения.
17. Проектирование себя: создание индивидуальной программы саморазвития.

VII. ТЕРМИНОЛОГИЧЕСКИЙ СЛОВАРЬ

Визуализация – создание внутренних образов в сознании человека, позволяющее активизировать эмоциональную память и наше подсознание.

Вытеснение – механизм избавления от внутреннего конфликта с помощью активного исключения из сознания неприемлемой или нежелательной информации.

Дух индивидуальный – принцип предельной интеграции человеческой реальности; представляет собой следование высшим образцам человеческой культуры, переживание нравственных максим как внутреннего «категорического императива», принятие ценностей родового бытия человека как своих собственных.

Духовное бытие – высший способ личного существования, связанный с освобождением от давления обыденной жизни, от соблазна влечений, пристрастий и прельщений собственной самости; духовное бытие – любовь к качеству жизни и воля к совершенству во всех ее областях.

Замещение – защитный механизм, связанный с переносом действия с недоступного объекта на доступный. Замещение разряжает напряжение, созданное нереализуемой потребностью, недостижимой целью.

Индивид – человек как представитель рода, имеющий природные свойства; телесное бытие человека.

Индивидуальность – человек как уникальная, самобытная личность; реализуется в свободной, творческой деятельности; проявляется в самоопределении, самостоянии, самосовершенствовании.

Концентрация – сосредоточение сознания на определенном объекте своей деятельности. В основе концентрации лежит управление вниманием.

Личность – человек как представитель общества, определяющий свободно и ответственно свою позицию среди других людей, в пространстве культуры и времени истории; способ бытия человека в мире.

Общность со-бытийная – фундаментальная категория обозначающая объект и источник развития субъективной реальности в онтогенезе; событие – исторически меняющаяся форма непосредственного родового бытия человека; живая общность людей в своем бытийном единстве и различной самобытности каждого, входящего в эту общность.

Отрицание – механизм психологической защиты, предстающий как процесс устранения травмирующих восприятий внешней реальности. Основная формула отрицания – «нет опасности, этого нет»; «не вижу, не слышу» и т.д. подобный механизм обозначают как «позицию страуса».

Проекция – процесс приписывания, переноса собственных чувств, желаний и личностных черт, в которых человек не хочет себе признаться из-за их неприемлемости, на другое лицо. Подмечено, что скупой всегда склонен видеть в других жадность, агрессивный – жестокость, завистливый – зависть и т.д.

Противоречия развития – главная движущая сила развития. В философской антропологии основное противоречие развития составляют противоположно направленные процессы обособления человека в общности и

отождествление его с другими; в ходе обособления происходит преобразование связей в отношения, что является фундаментальным условием становления индивидуальности; в процессе отождествления – восстановление и порождение новых связей, что лежит в основе приобщения к общечеловеческим формам культуры.

Психологическая защита – система регуляции человека, направленная на устранение чувства тревоги, связанного с осознанием внутреннего конфликта.

Психотехника – совокупность средств, способов, приемов и методик работы психолога с психикой другого человека или со своей собственной; мастерство регуляции и управления психическими процессами.

Развитие – универсальное свойство материи и сознания, проявляющееся в необратимом, направленном и закономерном их изменении; всеобщий принцип объяснения истории природы, общества и познания.

Разотождествление – упражнение, которое учит не отождествляться со своими эмоциями, телом, мыслями или теми или иными субличностями; с его помощью происходит погружение в ощущение своего собственного истинного «Я».

Рационализация – защитный механизм, под которым понимается приписывание логических или благовидных оснований поведению, мотивы которого неприемлемы или неизвестны, как оправдание перед другими или перед самим собой своей несостоятельности. Рационализация связана часто с попыткой снизить ценность недоступного.

Регрессия – защитный механизм, посредством которого субъект в условиях повышенной ответственности стремится избежать внутренней тревоги, потерять самоуважение с помощью тех способов поведения, которые были адекватны на более ранних стадиях развития. Это своеобразный возврат человека от высших форм поведения к низшим. Инфантильность в поведении и отношениях – яркий феномен регрессии.

Релаксация – физическое и психическое расслабление. Ее цель – подготовка тела и психики к деятельности, освобождение от физического напряжения.

Рефлексия – родовая способность человека, проявляющаяся в обращении сознания на самое себя, на внутренний мир человека и его место во взаимоотношениях с другими, на формы и способы познавательной и преобразующей деятельности.

Самовнушение – создание установок, воздействующих на подсознательные механизмы психики; это утверждение, что успех возможен, выраженное от первого лица в настоящем времени.

Самооценка – ключевой элемент самосознания, определяющий отношение индивида к самому себе. Это тот компонент самосознания, который включает в себя и знание о собственной самости, и оценку человеком самого себя, и шкалу значимых ценностей, относительно которой определяется эта оценка.

Саморазвитие – кардинальное структурное преобразование человеком своей собственной самости как фундаментальная способность человека становиться и быть подлинным субъектом своей собственной жизни: способность превращать собственную жизнедеятельность в предмет практического преобразования.

Сверх-Я — понятие и гипотетический конструкт, постулирующий идею о принудительно репрессивном характере институтов социализации, структур социальности, по отношению к человеческому Я.

Событийная общность – фундаментальная категория философии развития субъективности, фиксирующая онтологические основания жизни и деятельности человеческих объединений.

Сознание – интегративный способ бытия человека, проявляющийся в способности человека осознавать условия и формы своей жизнедеятельности, относиться к ним и делать их предметом практического преобразования;

существует в форме бессознательного, актуального сознания, самосознания, рефлексивного сознания.

Субличности – множество разнообразных личностей или психологических формаций, которые заключены внутри нас и которые характеризуются самостоятельными нуждами, целями и деятельностью.

Субъект – человек как носитель (инициатор, творец, распорядитель) предметно-практической деятельности и познания; становление субъекта есть процесс овладения индивидом собственной душевной жизнью, родовыми способностями.

Субъективная реальность (субъективность) – базовая категория философской антропологии, определяющая общий принцип существования человеческой реальности, непосредственного самобытия человека. Как форма бытия и способ организации человеческой реальности субъективность обнаруживает себя в способности человека встать в практическое (преобразующее) отношение к собственной жизнедеятельности и находит свое высшее выражение в рефлексии.

Субъектность – социальный, деятельностно - преобразующий способ бытия человека. Самость, субъектность есть очевидная и непосредственно данная форма самобытия человека.

Телесность – индивидуальное свойство, план человека, в котором сходятся психические и биологические закономерности. Если тело как биологический организм одно, то телесных структур у одного человека может быть много: тело музыканта, врача, любимого, они меняются вслед за изменениями образа жизни.

Я - образ – совокупность всех представлений человека о себе, совокупность установок на себя: кто я, что я собою представляю.

Трансценденция – вызванный страхом переход от несобственного человеческого существования к полноценному существованию, к экзистенции. Трансценденция фигурирует в христианском экзистенциализме и у Ясперса, который требует, чтобы личность своей неустанной деятельностью возвышала

настоящее до трансценденции, когда настоящее становится свободным. *Трансцендирование* у М. Мамардашвили - это выход человека за данную ему стихийно и натурально ситуацию, за его природные качества, за пределы и границы любой культуры, любой идеологии, любого общества, и способность соотнести себя с чем-то не в природе лежащем, находить основания своего бытия вне зависимости от временных изменений.

VIII. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Основная литература

1. Основы самопознания и саморазвития: учеб. пособие для студентов пед. учреждений сред. проф. образования / В. Г. Маралов.— Москва: Академия, 2004—С. 246-248.
2. Педагогика: учеб. курс для творческого саморазвития / В. И. Андреев.— Казань: Центр инновационных технологий, 2006.—608 с.
3. Педагогика творческого саморазвития: проблемы инновационности, конкурентоспособности и прогностичности образовательных систем // «Педагогика творческого саморазвития: проблемы инновационности, конкурентоспособности и прогностичности образовательных систем». — Казань, 2010.
4. Попов Л.М. Человек - субъект развития и саморазвития /Л.М. Попов // [Психология в Казанском университете: \[Сб. науч. трудов\] — Казань: Казан. гос. ун-т. \[Отв. ред. Л.М. Попов\], 2004. – С.133-158.](#)
5. Проблемы инновационности, конкурентоспособности и саморазвития личности в условиях модернизации педагогического образования: сборник трудов Международной научной конференции, посвященной 200-

летию педагогического образования в Казанском (Приволжском) федеральном университете.— Казань: Центр инновационных технологий, 2012.—663 с.

6. Сайкина Г.К. Трудно быть человеком...: (метафизические маршруты человека) / Г. К. Сайкина.— Казань: Казанский университет, 2012.— 427 с.

7. Философская антропология: учебное пособие: [для студентов гуманитарных вузов] / П.С. Гуревич.—3-е изд., стер.— Москва: Омега-Л, 2012.—607 с.

8. Философия: учебник / В. Д. Губин. — Москва: Проспект, 2011.— 332 с.

2.Дополнительная литература:

1. Ассоджиолли Р. Психосинтез. – М.:ЭКСМО-ПРЕСС, 2002.
2. Батай Ж. Внутренний опыт. — СПб., 1997.
3. Бауман З. Индивидуализированное общество. – М.: Логос, 2005.
4. Бауман З. Текучая современность – СПб.: Питер, 2008.
5. Бахтин М.М. К философии поступка.// Философия и социология науки и техники. Ежегодник 1984-1985. – М.: Наука, 1986.
6. Бердяев Н.А. Самопознание: Сочинения. – М.:ЭКСМО – Пресс, 1998.- 624с.
7. Бердяев Н.А. Смысл творчества. Н.А.Бердяев. Сочинения. — М., 1989.
8. Бердяев Н.А. Смысл истории / Н.А. Бердяев. – М.: Мысль, 1990.
9. Бодрийяр Ж. Прозрачность зла. – М., 2000.
10. Гегель Г.В.Ф. Феноменология духа/ Г.В.Ф. Гегель – СПб.: Наука, 2002.
11. Гидденс Энтони. Последствия современности. — М.: Праксис, 2011.
12. Губин В.Д. Жизнь как метафора бытия / В.Д. Губин. – М.: Рос. Гос. Ун-т. 2003.

13. Леви В.Л. Ближе к телу. — М., 2003. — 224с.
14. Леви В.Л. Приручение страха. — М., 2006. — 192с.
15. Мамардашвили М. Психологическая топология пути. М. Пруст «В поисках утраченного времени» / М.К. Мамардашвили. — СПб.: Изд. РХГИ, 1997.
16. Многомерность человека в современной философской антропологии / А.Г. Сабиров // Многомерность и целостность человека в философии, науке и религии : материалы Международной научно-образовательной конференции, 20-21 апреля 2012 г.— Казань, 2012 .— С. 294-297.
17. Многомерный образ человека на пути к созданию единой науки о человеке / [под общ. ред. Б.Г. Юдина.— М.: Прогресс-Традиция, 2007.—364 с.
18. Основы философии: Учебное пособие. — М.: Флинта: Наука, 2010.— 424с. [Электронный ресурс] URL: <http://znanium.com/bookread.php?book=241732>
19. Основы философии: Учебник / О.Д. Волкогонова, Н.М. Сидорова. - М.: ИД ФОРУМ: НИЦ Инфра-М, 2013. — 480 с. [Электронный ресурс] URL: <http://znanium.com/catalog.php>
20. Основы философии: Учебное пособие / Е.Б. Ерина. — М.: ИЦ РИОР: НИЦ Инфра-М, 2013.—90с. [Электронный ресурс] URL: <http://znanium.com/bookread.php?book=373339>
21. Размышления православного врача: [игромания, сайентология, душевные болезни: интервью и беседы, молитвы об исцелении] / Д. А. Авдеев.— М. : Омега, 2007.— 207 с.
22. Слободчиков В.И. Исаев Е.И Психология развития человека: Учебное пособие. — М., Школа-Пресс, —1999.
23. Смысловая вертикаль сознания личности (к 20-летию со дня смерти А.Н.Леонтьева). / Братусь Борис Сергеевич // Вопросы философии. — №11 — 1999.— С.81-89.
24. Спиркин А.Г. Философия. — М.: Гардарики, 2009. —736 с.

25. Спиркин, Александр Георгиевич. Философия: учебник для студентов высших учебных заведений /А.Г. Спиркин.— М.: Юрайт, 2010.—828 с.
26. Тиллих П. Мужество быть. — П. Тиллих. Избранное: Теология культуры. М., 1995.
27. Философия: Учебник / Э.В. Островский. — М.: Инфра, 2013. — 313 с. [Электронный ресурс] URL: <http://znanium.com/catalog.php>
28. Философия: Учебник / В.Г. Кузнецов, И.Д. Кузнецова, К.Х. Момджян, В.В. Миронов.— М., 2009. Электронная версия на сайте <http://znanium.com/bookread.php?book=182163>
29. Философия: Учебное пособие. — М.: Инфра - М, 2013. [Электронный ресурс] URL: <http://znanium.com/bookread.php?book=367446>
30. Франк С.Л. Духовные основы общества. — М., 1992.
31. Франк С. Л. Реальность и человек. – СПб., 1997.
32. Франкл В. Человек в поисках смысла. — М., 1990.
33. Фромм Э. Душа человека. — М., 1992.
34. Фуко М. Герменевтика субъекта. Социо - логос. — М., 1991.
35. Фуко М. Герменевтика субъекта: Курс лекций, прочитанных в Коллеж де Франс 1981—1982 учебном году / Пер. с фр. А. Г. Погоняйло. — СПб.: Наука, 2007—677с.
36. Хоружий С.С. К феноменологии аскезы. — М., 1998.
37. Хоружий С.С. Заметки к энергийной антропологии. «Духовная практика» и «отвержение чувств»: два концепта в сравнительной перспективе./ Вопросы философии. — № 3. — 1999. — С. 55-84 [Электронный ресурс] URL:<http://azbyka.ru/hristianstvo/chelovek/horuzhiypravoslavnyaskeza45-all.shtml>
38. Хоружий С.С. Исихазм как пространство философии// Вопросы философии. № 9. — 1995. — С.80-94.

39. Ценностные ориентиры личности и миф / Е. Л. Яковлева // Проблемы культурной идентичности в глобализирующемся обществе : сборник научных статей.— Казань, 2009 .— С. 60-63.
40. Шатунова Т.М. Социальный смысл онтологии эстетического: (опыт оправдания красотой)/ Т.М. Шатунова. – Казань: Казан. Гос. ун-т, 2007. – 154с.
41. Шелер М. Положение человека в космосе/ М.Шелер// Проблема человека в западной философии: Переводы. – М.: Прогресс, 1988. – С.31-95.
42. Элиас Норберт. Общество индивидов. — М., 2001.
43. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. Пер. с англ. — М., 1996.
44. Юнг К.Г. Проблемы души нашего времени. — М., 1994.

<http://www.chelovek21.ru/>

<http://filosof.historic.ru/>

<http://www.philosophy.ru/>

<http://humanities.edu.ru/>

IX. ПРИЛОЖЕНИЕ

Материалы к темам курса

1.Основные подходы к проблеме развития человека в философском дискурсе.

Реальность развития человека – его способностей, функций, структур и свойств – очевидна и многообразна, а ее феномены хорошо знакомы каждому из

нас. Как часто мы встречаем в нашем языке понятия: «возникновение», «формирование», «совершенствование», «рост», «преобразование», «саморазвитие». Происходит рост организма, созревание анатомо-физиологических структур. Формируются душевные силы человека: качественно преобразуется его сознание, потребности и интересы, эмоции и чувства, способность управлять своим поведением. Качественные преобразования во времени претерпевает и духовная жизнь человека. В настоящее время понятие «развитие» стало неотъемлемой частью нашего взгляда на мир, на жизнь. Сегодня понятие развития является одним из ключевых в современной культуре. А ведь этому понятию всего-то чуть больше 200 лет. Это довольно новая категория, которая не имеет своего строго определенного содержания. В 18 веке идея развития претерпевает существенное обогащение. Одним из первых совершил переход к новому пониманию развития Г.В.Лейбниц. Он вводит понятийное различие между двумя моментами, которые задают процессуальность развития. Это единообразие (самотождественность) и изменение. Противоречие между первым и вторым оказывается важнейшим механизмом развития, рождающим новое. Идею процессуальной изменчивости развития общества развивает немецкий философ-просветитель И.Г.Гердер. Он рисует картину мира как единого, непрерывно развивающегося целого, закономерно проходящего вполне определенные необходимые ступени. Развитие человека у Гердера выпадает из «естественного хода истории». Человек должен сам заложить основу своего будущего явления как человека; он должен сам, через «духовные упражнения» соткать ткань, в которую облечется в будущем. Ряд ключевых идей в этом контексте высказывает И.В.Гете, полагая, что человек, не развивающийся сам, не может постичь идею развития. Фундаментальная разработка данной категории, как особого принципа, всеобщего способа бытия универсума была осуществлена в немецкой классике в философской системе Г.Ф. Гегеля. Сегодня уже вряд ли кто-то будет отрицать наличие развития, однако проблема не в том, есть ли

развитие, а в том, как его выразить в понятии. Проблема развития в философии чрезвычайно многопланова и многозначна. Среди исследователей этой проблемы нет единства относительно самого термина «развитие», движущих сил указанного процесса, субъекта и объекта развития, а также по-разному фиксируется и понимается сам результат развития. Все многообразие подходов к указанной проблеме можно свести к следующим весьма распространенным в философии установкам, которые были проанализированы В.И. Слободчиковым и Е.И. Исаевым:¹

1) **социоморфизм**, где развитие понимается как социализация, формирование («отливка») внутреннего мира по определенной социально заданной норме, образцу;

2) **натурализм**, где развитие рассматривается как спонтанный естественно-природный процесс созревания и роста, происходящий под воздействием наследственности и среды. К ним примыкают и такие установки, как «культурализм» и «гносеологизм».

3) **теологизм**, где развитие понимается как становление человека как целого, по образу и подобию Божию. Это преодоление сил греха и осуществление своего прообраза в своей индивидуальной жизни, достижение состояния святости.

Предметом рассмотрения в указанном подходе является весь человек в его целостности и нет ничего в человеческой реальности, что бы ни подлежало бы религиозному осмыслению. Однако его очень трудно реализовать (ведь речь идет о должном, а не о реальном земном человеке).

Рассматривая приведенные выше подходы, следует указать на недостаточность и ограниченность указанных установок. При всех различиях между ними, они едины в главном: развитие всегда внесубъектно. Оно независимо от участников этого процесса. Они всего лишь материал, на

¹¹ См. Слободчиков В.И. Исаев Е.И. Психология развития человека: Учебное пособие. – М.: Школа-Пресс, —1999.

котором разыгрывается процесс, придающий материалу форму предзаданного образца.

Учитывая внесубъектность указанных выше подходов, следует предположить, что подлинное развитие может быть только саморазвитием. Студентам важно уяснить особенности саморазвития, его объект и субъект.

Саморазвитие – это кардинальное структурное преобразование человеком своей собственной самости как фундаментальная способность человека становиться и быть подлинным субъектом своей собственной жизни: способность превращать собственную жизнедеятельность в предмет практического преобразования.

Развитие как саморазвитие – это развитие субъективности, которое связано с овладением собственным поведением, реакциями, внутренними состояниями с целеполаганием и проектированием хода собственного развития.

Это особый вид творческой деятельности, направленный на усиление процессов самости, среди которых центральными являются самопознание, самоуправление, самоопределение и самореализация личности. Отметим две особенности процесса саморазвития:

- изменения в личностной сфере детерминированы не извне, а под целенаправленным воздействием личности на самое себя;
- изменения касаются не отдельных сфер или способностей личности, а являются изменениями в процессах самости.¹

Категория развития одновременно должна удерживать и совмещать в себе все три относительно самостоятельных процесса:

- становление как созревание и рост, переход от одного состояния к другому, как единство осуществленного и потенциально возможного;
- формирование как оформление, обретение совершенного образца;
- преобразование как саморазвитие и смена жизненного вектора,

¹См. Андреев, В. И. Педагогика: учеб. курс для творческого саморазвития / В. И. Андреев.—3-е изд.— Казань: Центр инновационных технологий, 2006.

кардинальное преодоление сложившегося режима жизнедеятельности в соответствии с некоторой иерархией ценностей и смыслов бытия человека.

2. Субъективная реальность как подлинный объект саморазвития

В рамках антропологического или субъектного подхода необходимо введение таких категорий как «субъект», «субъективность» и «субъективная реальность», которые делают возможным рассмотрение развития как саморазвития, самообразования и самодетерминации. Человек в указанном подходе выступает как субъект личностной активности, оказывающий непосредственное регулятивное воздействие на свою собственную психику, способен превращать собственную жизнедеятельность в предмет практического преобразования, относиться к самому себе, контролировать ход и результаты своей деятельности, изменять ее приемы.

Особенно важно разобраться с понятиями «субъективная реальность», «субъективность». Понятие «субъективная реальность» развивает и конкретизирует наше представление о собственно человеческой реальности. Итак, субъективная реальность (субъективность) – это:

- сознательно воспринимаемая и интерпретируемая субъектом реальность;
- принцип организации человеческой реальности, который обнаруживает себя в главной способности человека превращать собственную жизнедеятельность в предмет практического преобразования, что и позволяет ему быть действительным субъектом собственной жизни.

Центральной категорией, с которой имеет дело антропологический подход в философии развития, является субъективность (субъективная реальность), которая выступает как общее обозначение внутреннего мира человека.

Интересны размышления на тему субъективности современного

французского философа М.Фуко, который понимает антропологическую реальность как набор дискурсов желания и власти, стратегий и практик.

Раскрывая значимость «заботы о себе» в античной культуре, описывая ее конкретные проявления, М. Фуко исходит из вполне определенного образа человека: это человек, который благодаря осознанию своего существования как своей собственной задачи, делает себя сам, формирует собственный этос, культивирует в себе субъекта действия. Процесс конституирования себя в качестве субъекта (морального, политического, разумного) Фуко называл субъективацией¹.

Главная цель М. Фуко особенно в его курсе лекций «Герменевтика субъекта» заключается в том, чтобы понять морального субъекта не на основе объективированных и всеобщих моральных кодексов, норм, законов и запретов, а на основе тех конкретных техник субъективации, которые он сам свободно применяет к самому себе, озаботясь самим собой. Эта забота, реализующаяся посредством техник, превращает существование в «искусство», «эстетику», «стиль», нацеленные на то, чтобы отнестись к нему как прекрасному произведению.

Категорию «субъективность» в нашем анализе необходимо соотнести и с известными уже понятиями «личность», «субъект» и т.д. В ролевой теории личности присутствует понимание личности как системы ролей, обусловленной совокупностью устойчивых социальных ожиданий со стороны ближайшего окружения. Для понимания существа личности определяющее значение имеет не многообразие социальных ролей, а выбор, принятие и исполнение человеком определенных социальных действий, внутреннее отношение к ним. Личность — как некоторый уровень субъективности, это не структура ролей и вообще не структура, а человек, который вовсе не сводится к игре выбранной им роли. Принятие или не принятие социальной роли, серьезность ее исполнения,

¹ См. Фуко М. Герменевтика субъекта: Курс лекций, прочитанных в Коллеж де Франс 1981—1982 учебном году /Пер. с фр. А. Г. Погоняйло. — СПб.: Наука, 2007.

ответственность за последствия своих действий, характеризует человека как личность. Близкие к понятию «личность» понятия «индивид» и «субъект» в строгом научном смысле не являются синонимами, они означают различные уровни организации субъективной реальности человека – от формально-динамических свойств темперамента до мировоззрения и жизненных принципов. Понятия статуса и роли как заданного, несвободного способа его участия в жизни и обществе, не охватывают самой сути личности – способности человека действовать свободно, самостоятельно и ответственно, то есть выходить за пределы статустно - ролевых ограничений, нормативных предписаний. Личность есть особое человеческое образование, которое не может быть выведено из его приспособительной деятельности (А.Н.Леонтьев). Личностное поведение – это поведение по собственному, свободному выбору. Личность – это субъект свободного социального действия – «субъект поступания» по М.М. Бахтину. Личность – это человек свободно, самостоятельно и ответственно определяющий свое место в жизни, в обществе, в культуре, поэтому личность целиком социокультурное образование. Личность – это не раз и навсегда сформированное качество, состояние, структура или уровень. Это способ действий, образ бытия. Можно говорить о личностном бытии человека. Не всякий человек живет личностным способом. Но отказ от личностного бытия есть согласие на зависимый, безответственный, социально-приспособительный способ жизни. Пространство личности – это пространство его поступков. Поступок как акт нравственного самоопределения человека, в котором он утверждает себя как личность в своем отношении к другому, к себе самому, к обществу, к миру в целом.

Включенность субъектных образований в личностное поведение позволяет определять личность как субъекта социальных отношений. С этой точки зрения, действительно, личность – это субъект (распорядитель, инициатор) социального поведения и в этом качестве включает в себя основные субъектные структуры.

Интересным представляется изучение патологий личности, десубъективированных форм личности. Для философов в этой теме важен момент нерационализируемости этих патологий. Эти проблемы – темная неартикулированная материя, не становящаяся предметом исследования в философском дискурсе.

2.1. Природа, структура и функции «образа Я»

Образ «Я» – совокупность всех представлений человека о себе, совокупность установок на себя: кто я, что я собою представляю. Функции образа «Я» в самосознании следующие:

- 1) средство обеспечения внутренней согласованности;
- 2) интерпретация опыта;
- 3) совокупность ожиданий.

Итак, образ «Я» – это общий знаменатель, определяющий фактор всех наших историй, завершившихся как успехами, так и неудачами. Это наша концепция своей личности, представление о себе, сформировавшееся на основе нашего собственного мнения о себе. Это мнение складывается в большинстве случаев бессознательно, под впечатлением прошлого опыта, наших успехов и неудач, пережитых обид, а также на основании отношения к нам других людей.

Я - реальность складывается в период формирования новоевропейской личности. Для нее характерно:

- акцентирование самого Я, а также самотождественность Я в разные периоды жизни (Я настоящее, Я прошлое, Я будущее) и в разных жизненных ситуациях;
- противопоставленность Я - другим, внутреннего мира – внешнему;
- осознание желаний, воли, мышления, чувств, переживаний как исходящих из Я, обусловленных, мотивированных Я. В «Я - реальности» все

переживания человека вращаются вокруг его личности; процессов ее сознания, изживания, завершения, претерпевания.

Важно понять, что все наши действия, чувства, поступки всегда согласуются с этим образом собственного «Я». Мы действуем подобно той личности, с которой, по нашему мнению, отождествляемся. Сознательное поведение человека является не столько проявлением того, каков человек на самом деле, сколько результатом представления человека о себе, сложившемся на основе общения с ним окружающих. Как видим, роль этого центрального компонента самосознания трудно переоценить. Образ «Я» – поистине предпосылка, база, фундамент, на котором покоится наша индивидуальность. Образ «Я» предполагает особенности нашего поведения и, если хотите, судьбы.

Образ «Я» не всегда отражает истинную сущность нашего «Я», поскольку это наши собственные представления о себе, а они могут быть искажены. Другими словами, Я – реальность противоречива и нередко конфликтна. Гармонизация Я-реальности требует немалых усилий.

Расхождение между образом «Я» и истинно действующим «Я» воспринимается как дискомфорт и тревога, из которых необходимо выйти. Это состояние рассогласованности субъективного опыта человека К. Роджерс назвал «неконгруэнтностью», и наоборот, «конгруэнтность» означает, что человек совмещает то, что чувствует, с тем, как он себя видит и воспринимает.

Когда мы переживаем состояние неконгруэнтности, мы чувствуем напряжение и внутреннее замешательство. Но человек часто вообще не допускает в сознание часть субъективного опыта, который несет в себе угрозу, вступая в конфликт с образом «Я». Это защитная реакция, стремящаяся не допустить в сознание элементы субъективного опыта.

Итак, первая защитная реакция (психологическая защита) – это отрицание самого существования опыта. Вторая защитная реакция – это искажение значения субъективного опыта. Эта реакция допускает осознание опыта, но в такой форме, которая обеспечивает согласие с «Я».

Для защиты нашего самоуважения и нашего образа «Я» широко используются различные механизмы психологической защиты: подавление, вытеснение, уход, регрессия, рационализация, проекция, перенос, сублимация и т.д. Отметим в этой связи, что психологическая защита – это система регуляции человека, направленная на устранение чувства тревоги, связанного с осознанием внутреннего конфликта. Это особого рода психическая активность, реализуемая в форме специфических приемов переработки информации, которые могут предотвратить потери самоуважения и избежать разрушения образа Я. Задача психологической защиты состоит в том, чтобы лишить значимости и тем самым обезвредить психологически травмирующие моменты. Психологическая защита спасает человека от разрушительной самокритики, от мук совести, от чувства вины, от страданий, связанных с осознанием своей слабости, и неправоты. Психологическая защита оправдана, когда она спасает организм от непереносимого разрушительного потрясения, когда ситуация безвыходна. Но психологическая защита постыдна, когда унижает других, прикрывает ложь, безнравственные и аморальные поступки. По большей части психологическая защита носит все же деструктивный характер, блокируя адекватную оценку реального положения дел во внешнем и во внутреннем мире, лишая человека ответственности перед самим собой и другими.

Особо опасны агрессивные формы психологической защиты. Прибегая к механизмам психологической защиты, человек временно преодолевает конфликт, но истинные его причины оказываются непонятыми и неустраненными.

Человек с развитым, зрелым и адекватным образом «Я» осознает причины дискомфорта как проявление собственных проблем и стремится что-либо изменить в себе, у него возникает потребность переосмыслить свое поведение. Практический смысл работы с образом своего «Я» состоит в следующем: представление человека о самом себе можно изменить, а, следовательно, начать новую жизнь. Многочисленные эксперименты продемонстрировали, что как

только у человека менялся образ собственного «Я», как только он изменял отношение к самому себе, проблемы и задачи, согласующиеся с этим новым образом, решались легко и без чрезмерных усилий. И наоборот, попытки изменить некоторые негативные привычки или качества, позитивно воспринимать какую-либо конкретную ситуацию, если сохранилось негативное представление о себе, невозможно. Следовательно, секрет подлинно удовлетворяющей человека жизни состоит в том, чтобы достичь полного, зрелого и целостного отношения к самому себе. То есть иметь адекватное и реалистическое представление о себе, с которым можно жить. Как известно, гармония с собой – это искусство быть тем, кто вы есть на самом деле, и умение получать удовольствие от себя такого.

Следует заметить, что образ «Я» зависит от уровня самосознания, от уровня и глубины рефлексии. Человек с низким уровнем рефлексивности обладает интуитивным ощущением себя и того, что с ним происходит. Возникает или чувство недовольства собой или самодовольство. Высокий уровень развития самосознания проявляется в осмысленном, осознанном представлении о себе (предполагает уровень развитой рефлексии, постоянного диалога с самим собой, наблюдения и самоанализа своих чувств, поступков и действий. Только в этом случае формируется целостный неискаженный образ «Я», соответствующий истинному «Я» человека.

3. Рефлексия как подлинный механизм саморазвития

Как уже указывалось, саморазвитие – это кардинальное структурное преобразование самим человеком своей самости. Оно выступает как развитие рефлексии – способности осознать собственную самость и овладеть своими субъективными силами. Студентам важно понять, что рефлексия выступает фундаментальным механизмом саморазвития. Рефлексия – это родовая способность человека обращать свое сознание на самое себя, на внутренний мир

человека и на взаимоотношения с другими, на формы и способы познавательной и преобразовательной деятельности человека. Полагают, что понятие рефлексии появилось только в Новое время. Отцом рефлексии считают Дж. Локка, который наряду с внешним опытом выделил внутренний опыт, который разум получает, наблюдая за самим собой. При этом рефлексия выполняет две функции: дает знания о внутренних деятельности души и осмысляет, сознает эти деятельности. В философии Нового времени понятие рефлексии было призвано объяснить целостность и развитие человека как личности. Но можно предположить, что уже в древнем мире человек научился наблюдать за собой и своей деятельностью. Отношение к самому себе как проявление рефлексивной способности, выступает центральным в идее и понятии обращения взгляда на себя в античной, христианской и новоевропейской традиции. Об этом свидетельствует внимательное прочтение древних античных текстов в работе М.Фуко «Герменевтика субъекта». Идея обращения на себя в эллинистической традиции в золотой век «заботы о себе» реализуется в установке на себя, в вечном держании себя на подозрении, не упускании себя из виду в целях достижения полного, адекватного и зрелого отношения к самому себе.

У Аристотеля в «Метафизике» есть понимание того, что разум мыслит самого себя, так что одно и то же есть разум и то, что мыслится им. Правда с точки зрения Аристотеля, рефлектирует не отдельный человек, а Божественный разум и с ним все бытие в форме первой философии. Отдельный человек мог только наблюдать за собой, но не рефлексировать, поскольку он не универсум. Проблема рефлексии глубоко разработана в учении Гегеля. Он выделял несколько форм рефлексии в соответствии с этапами становления самосознания человека в целом. Так полагающая рефлексия производит самое первое отличие самости человека от его жизнедеятельности. Она впервые разграничивает Я и не-Я и тем самым производит высвобождение сознания из поглощенности его бытием. При этом сознание свободно от бытия, но не

свободно от формы своего освобождения. В сравнивающей рефлексии сознание впервые поднимается над каждым конкретным психологическим образованием: ощущением, образом, состоянием, т.д. Сравнивающая рефлексия являет себя в постоянном облике – как очевидность. Поэтому сравнивающая или рассудочная рефлексия наиболее распространена в эмпирических науках, везде, где есть сведение многого к одному общему знаменателю, везде, где требуется фиксация наличного бытия. Определяющая рефлексия обнаруживает несовпадение, и даже противоположность Я и не-Я. Однако обнаружение несовпадения Я со ставшим бытием и постоянное высвобождение из всякой поглощенности осуществляет особая форма рефлексии - синтезирующая. Она собирает самоопределившуюся личность среди многого в одно. Обнаруживая не-Я как чуждое, синтезирующая рефлексия ищет в каждом определенном Я свечение не-Я, где Я оказывается моей реализованной действительностью, а не-Я – еще не ставшей, но становящейся действительностью. Синтезирующая рефлексия - важный шаг на пути снятия противостояния субъекта и объекта. Объективная реальность теряет свою обособленность и независимость существования от моего сознания. Лишь соединенная с Я, объективная реальность получает свою подлинную жизнь и осуществление. Благодаря синтезирующей рефлексии внутреннее Я обнаруживает укорененность в мире, а не только пребывание и взаимодействие с ним. Способность же выйти за пределы самого себя и своих отношений с миром реализуется с помощью трансцендирующей рефлексии, которая предстает по сути как «расширяющееся сознание». Понятно, почему именно две последние из указанных форм рефлексии и являются подлинным орудием собственно личностного развития.¹

Проблема рефлексии в общем виде есть проблема определения своего способа жизни. Предельно обобщая, можно выделить два основных способа

¹ См. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Основы психологической антропологии. Психология человека: Введение в психологию субъективности. Учебное пособие для вузов. – М.: Школа-Пресс, 1995.

существования человека:

Первый способ – это жизнь, не выходящая за пределы непосредственных связей, в которых живет человек. Здесь человек находится внутри самой жизни, всякое ее отношение – это отношение к отдельным явлениям жизни, а не к жизни в целом. Такая жизнь протекает почти как природный процесс. Очевидна непосредственность и целостность человека. Здесь функционирует внешняя рефлексия.

Второй способ существования связан с появлением собственно внутренней рефлексии, которая как бы приостанавливает этот непрерывный поток жизни и выводит человека за его пределы. С появлением такой рефлексии связано ценностное осмысление жизни.

Рефлексия – это необходимый механизм и инструмент осмысления себя и своего места в мире и, вместе с тем, необходимый момент созидания и самостроительства.

Итак, знание о себе и о других приходит к человеку только через себя, через постоянную рефлексия того, что с ним происходит ежеминутно «здесь и теперь». Рефлексия – это основной путь получения новых знаний.

С.Л. Франк отмечал эту таинственную способность человека – «единственный подлинный признак, отличающий его от животного, – соблюдать дистанцию в отношении самого себя, привлекать свою непосредственную самость на суд высшей инстанции, оценивать и судить ее и все ее цели»¹. Тайна человека как личности, делающая его потенциально бесконечно богатым и в то же время актуально незавершенным, заключается в той главной способности личности рефлексировать саму себя, возвышаться над собой, за пределами самой себя, вне всякого фактического своего состояния, даже своей фактической природы. Работа и культивирование этой способности и поднимает, вводит человека на следующую ступень духовного бытия – на ступень индивидуальности.

¹ Франк С.Л. Сочинения – М., 1990. С. 408-409.

Сегодня исследователи говорят о «рефлексивной реальности» как необходимом условии способности к рефлексии. Предпосылкой такой реальности в случае рефлексии себя выступают следующие умения: человек должен научиться видеть себя со стороны, то есть разотождествляться с собой, имитируя позицию «вненаходимости», уметь взглянуть на себя глазами «другого»; описывать свою деятельность; научиться видеть себя по-новому с точки зрения полученного рефлексивного описания. Можно согласиться Хайдеггером и М.Фуко, которые рассматривают рефлекссию как способ объяснения, связанный с новоевропейской субъективностью и мышлением, нацеленный на развитие сложившихся структур мышления. Рефлексия в нашем контексте предстает как система рефлексивных практик, позволяющих человеку конституировать себя в качестве субъекта, управлять собой, сосредоточиваться на самом себе и воздействовать на себя.

4. Практики себя. Способы осознания и овладения структурами самости

История субъективности, техники субъективации, практики себя подробно и всесторонне рассмотрены М.Фуко в цикле лекций «Герменевтика субъекта», прочитанных в начале 80-х годов в Коллеж де Франс.¹

М.Фуко подчеркивает, что императив заботы о себе, который сформировался еще в дофилософское время, оставался основным принципом, отличавшим философское поведение почти во всей греческой, эллинистической и римской культуре. Автор подчеркивает важность этого принципа у Платона, у Эпикура. Фундаментальное значение забота о себе имеет у киников и стоиков. А у Сенеки это понятие является центральным. Забота о себе являлась не только важным принципом философской жизни, она стала общим условием любого

¹ См. Фуко М. Герменевтика субъекта: Курс лекций, прочитанных в Коллеж де Франс 1981—1982 учебном году /Пер. с фр. А. Г. Погоняйло. — СПб.: Наука, 2007.

разумного поведения, всякой формы деятельности. Забота о себе стала признаком особой культуры, свойственной эллинистическому и римскому периоду. Это понятие проделало путь от античной философии до самого порога христианства, став матрицей христианского аскетизма. М.Фуко подробно разбирает философские практики себя: «воздержание», «досмотр души», «предварение зла», «работа с гневом», и другие. М.Фуко приводит высказывание известного римского стоика Мусония Руфа. Как приобретается добродетель? Также как в музыке или в медицине? Мусоний Руф утверждает, что приобретение добродетели требует двух вещей: созерцательного знания и знания-умения. Последнее же можно приобрести только путем постоянной тренировки. Мысль о том, что добродетель приобретается с помощью аскезы очень старая. Отличительной особенностью аскезы в греческом, эллинистическом и римском мире, по мнению М.Фуко, является то, что она никогда не была следствием повиновения закону. Там, где мы ныне видим подчинение субъекта порядку закона, греки и римляне видели несколько иное, то есть посредством упражнения в истине учредить субъекта в качестве конечной цели для себя самого. Что мы обычно понимаем под аскезой? – задается вопросом М.Фуко? Все более полное отречение и, наконец, самое радикальное – полный отказ от себя. Античная аскеза имела совсем иной смысл¹. С помощью аскезы человек должен стать самим собой, то есть установить такое отношение к самому себе, которое отличалось бы полнотой, завершенностью, цельностью, было бы самодостаточным и служило бы залогом совпадения с собой, каковым и является счастье в себе же и находимое. Что же касается самого способа, каким осуществляется аскеза, то не надо искать его в каких-то ограничениях себя. С помощью аскезы, нечто приобретается, то, чего у нас нет, что сделает нас такими, какими мы должны быть, что позволит не отрекаться от себя, а прийти к себе. Итак, орудием аскезы является *paraskeue*.

¹Фуко М. Герменевтика субъекта: Курс лекций, прочитанных в Коллеж де Франс 1981—1982 учебном году /Пер. с фр. А. Г. Погоняйло. — СПб.: Наука, 2007. —С. 347.

Это набор необходимых и достаточных приемов, совокупность практик, делающих нас сильнее всего того, что может произойти в жизни. В этом и состоит атлетическая подготовка мудреца. М. Фуко цитирует Марка Аврелия, хотя эта мысль встречается у многих: «Искусство жить ... скорее похоже на искусство борьбы, чем на искусство танца, из-за того, что приходится быть готовым к надвигающемуся и непредвиденному и стоять твердо»¹. И это отличает атлета античной духовности от атлета духовности христианской. Христианский атлет идет нескончаемым путем к святости, на этом пути он должен себя превозмочь и от себя отречься. У христианского атлета есть враг, супостат – это он сам! Коль скоро в нем таятся греховные силы, которым он должен противостоять. Стоический атлет античной духовности тоже должен бороться со всем внешним миром, с тем, что ему встретится, со случаем. Так вот *paraskeue* - это оснащение, которое позволит ответить на вызов сразу же, как в нем появится нужда, это логос – речи. Это не просто речи об общем порядке мира и прочее. Это то, что он буквально врезал себе в память, повторяя их, перебирая их в ежедневных упражнениях, которые записывают, повторяют, передумывают вновь. Это свои слова или слова учителя, которые произносятся вслух. Вот из этих в материальном смысле слов и состоит оснастка того, кто должен быть хорошим борцом со случаем. И это, конечно, не первые попавшие под руку речи. Они имеют основания в разуме. Они разумны, то есть истинны и одновременно являют собой приемлемые принципы поведения. Это элементы дискурса, такой рациональности, которая одновременно высказывает истину и предписывает, что делать. Эти речи убедительные, ибо они не просто спущены сверху. Они убедительные в том смысле, что не только убеждают, но и побуждают к действию. Эти общие представления, которые побуждают к действию и их побудительная сила такова, что коль скоро они поселяются в голове, мыслях, сердце в самом теле того, кто их усвоил, то действуют, словно

¹ Фуко М. Герменевтика субъекта: Курс лекций, прочитанных в Коллеж де Франс 1981—1982 учебном году /Пер. с фр. А. Г. Погоняйло. — СПб.: Наука, 2007. —С. 349.

сами по себе. Стало быть, они усвоены субъектом в качестве матриц действия, эти материальные компоненты разумных голосов. Это и есть *paraskeue*. И чтобы ее обрести, нужна аскеза. Надо, чтобы логос был под рукой, был помощником. Логос – это голос, отозвавшийся на зов о помощи. Его часто ассоциируют с кормчим, который правит кораблем. Эта крепость и цитадель, в которой можно укрыться при неожиданном – и это ты сам. Это укрытие в тебе самом, поскольку ты – логос. Там найдешь силы быть не слабее случая и отбиться, в конце концов, от напасти. Изречение – логос должен быть не просто в памяти, а под рукой, буквально в мышцах! Надо сделать так, чтобы оно приводилось в действие тотчас же, без промедления, автоматически. Когда придет день печали, надо, чтобы снаряжение сработало, предохранило душу, вернуло ей покой, сделало неуязвимой. Надо чтобы логос в нужную минуту начал действовать в человеке. Итак, главной задачей аскезы является *paraskeue*, подготовка себя, экипировка. Это форма, которую должны принять речи, чтобы стать матрицей разумного поведения. *Paraskeue* – это способ непрерывного преобразования истинных речей, глубоко укорененных в субъекте, в морально приемлемые принципы. И тогда аскеза есть определенная продуманная последовательность процедур, пригодных для того, чтобы сформировать у субъекта, окончательно укоренить в нем, приводить в действие и при необходимости укреплять эту самую *paraskeue*. Это то, что позволяет говорению истины, обращенной к человеку истинной речи к самому себе, стать его способом быть человеком. Это то, что превращает говорение истины в человеческий способ бытия. Конституировать самого себя с помощью упражнения, в котором говорение истины становится способом бытия субъекта¹.

М. Фуко описывает особое отношение обращения с познанием мира. И этот тип обращения отличается от платоновского и христианского. Речь идет о

¹ Фуко М. Герменевтика субъекта: Курс лекций, прочитанных в Коллеж де Франс 1981—1982 учебном году /Пер. с фр. А. Г. Погоняйло. — СПб.: Наука, 2007. — С.354.

том, чтобы поместить себя в точку, в которой виден всеобщий порядок мира, тот порядок, в который включен и ты сам. Усилие познать мир означает, что надо подняться так высоко, чтобы оттуда, с высоты, увидеть весь мир в его всеобщем устройстве, какое бы малое место в нем ни занимал человек и сколь бы малым ни был срок человеческой жизни. О взгляде сверху вниз на себя – вот о чем идет речь, а не о взоре снизу вверх к чему-то иному, нежели сам мир и человек в нем. В этом упражнении человек глядит сверху вниз на себя самого и на весь мир. И этот взгляд делает нас свободными. Взгляд на мир сверху вниз, движение души в том лишь состоящее, что по мере того, как набирают высоту, видят шире и дальше. Это одна из самых фундаментальных форм духовного опыта, из тех, что встречаются в западной культуре. Это характерный сюжет у Сенеки: мир показывают человеку для того, чтобы он убедился: нет выбора и нельзя предпочесть что-то одно и избежать остального. Есть только один мир, и только он один и возможен, и в нем ты живешь. Одно только дано выбирать, только в одном и возможен выбор: разберись с собой и пойми, чего же ты хочешь. У души, которая стоит на пороге жизни, спрашивают только одно: хочешь ты войти или нет: ты хочешь жить или нет. Но если ты выберешь жизнь, то в нее войдет все, что находится в раскинувшемся внизу мире, все чудеса и горести. Таким образом, в теме «обращения взора на себя» нет повода отказываться от познания мира. Оно тем более не является призывом к исследованию внутреннего мира, субъективности. У Марка Аврелия, полагает Фуко, мы имеем некий образ духовного познания, который сравним с тем, что изобразил Сенека¹. И в то же время это нечто совсем другое, противоположное. У Марка Аврелия нет этого отступления человека от мира. А скорее он склоняется над миром, чтобы разглядеть его в деталях. Цель аналитического упражнения, этой эйдетической и ономастической медитации - «сделать душу великой». Марк Аврелий ведет

¹ Фуко М. Герменевтика субъекта: Курс лекций, прочитанных в Коллеж де Франс 1981—1982 учебном году /Пер. с фр. А. Г. Погоняйло. — СПб.: Наука, 2007. — С.316.

речь о таком состоянии, что человек не зависит от связей и обязанностей, рабом которых его могут сделать собственные мнения, обусловленные его страстями. Сделать душу великой – это освободить ее от всех этих пут, от этой паутины, которая ее обволакивает, держит, не отпускает и тем самым позволить ей обрести то, что составляет подлинную природу и в то же время ее подлинное предназначение, а именно согласие с мировым разумом. С помощью этого упражнения душа обретает подлинное величие, величие разумно устрояющего мир начала. Свобода, находящая выражение одновременно и в равнодушии к вещам и в спокойствии перед лицом любых событий, и есть это самое величие души, которое обеспечивается этим упражнением. Душа обретает невозмутимость, полное безразличие как выражение покоя и соответствия божественному разуму. Так вот эта цель достигается, когда вещь подвергают испытанию. Речь идет о своеобразном тестировании предмета. Необходимо поместить его внутрь космоса и оценить, какую пользу он имеет, какое место он занимает, и зачем миру надобен. Таковы упражнения и у Эпиктета. Когда вспомнив какое-то событие, оцениваешь, как оно на тебя влияет, насколько ты от него зависишь. Достаточно ли ты от него независим? Какое суждение по поводу события ты должен вынести и как себя вести, поскольку это событие произошло?

Упражнения такого типа, по мнению М. Фуко, будут нам все время встречаться и в христианской духовности. Нам всегда надо быть настороже по отношению к потоку впечатлений, который нас захлестывает, решая, какие из них принять, а какие отвергнуть. Так мельник, засыпая зерно в жернова, отбраковывает испорченное. Далее у Фуко дает различение этого упражнения у стоиков (Марка Аврелия) и Кассиана в христианской традиции. И если у Марка – это о познании внешнего мира, откуда исходит источник представления, от

Бога, от людей, то у Кассиана – о внутреннем мире, об самоистолковании субъекта – это распознавание состояний души.¹ Еще одна форма указанного упражнения - это смотрение на вещи сверху вниз с пренебрежением. Почему же надо смотреть на вещи с пренебрежением? Для того, чтобы не позволять вещам возобладать над нами и обеспечивать наше самообладание и наше господство над ними. Членение восприятия на отдельные мгновения – это упражнение в свободе, гарантирующее, что человек не попадет под власть какого-нибудь впечатления. М.Фуко описывает еще одно упражнение стоиков, связанное с аналитической работой или размышлением разумного субъекта над мировым порядком, позволяющие ему встроить эти события в некий порядок, который онтологически хорош. И, следовательно, зло более не является, по крайней мере, онтологическим злом. Преображение или избывание зла совершается уже не просто на пути выработки рациональной позиции по отношению к миру. В случае Эпиктета мы имеем отношение ко злу как испытанию, при котором личное страдание, горе, боль перекрываются некоторой положительной для нас значимостью. Такое наделение значимостью не отменяет страдание. Напротив, оно привязывает к нему, пользуется им.

В большой семье практик философской аскетики М.Фуко выделяет две группы: с одной стороны практики воздержания, а с другой – режим испытаний. В результате последней, вся жизнь человека предстает как цепь испытаний и подготовка к ним.

Еще одной формой практики у М.Фуко является упражнение в мысли «размышление». Упражнение предваряющего или заблаговременного размышления о возможных бедах. Суть упражнения состоит в том, чтобы не отдавать себя целиком раздумьям о будущем, которое нас захватывает,

¹ Фуко М. Герменевтика субъекта: Курс лекций, прочитанных в Коллеж де Франс 1981—1982 учебном году /Пер. с фр. А. Г. Погоняйло. — СПб.: Наука, 2007. — С.326.

оккупирует, пленяет, и вы оказываетесь поглощенными им, то есть несвободными¹.

Инструментом гармонизации отношений с самим собой выступает совокупность практик, которую психологи называют психотехникой.

Психотехника – область специфического знания, позволяющая достичь и поддерживать высокую психическую форму посредством направленного мысленного сосредоточения. Психотехника включает в себя четыре основных этапа, или механизма:

1) релаксация – это физическое и психическое расслабление. Ее цель – подготовка тела и психики к деятельности, освобождение от физического напряжения;

2) концентрация – сосредоточение сознания на определенном объекте своей деятельности. В основе концентрации лежит управление вниманием;

3) визуализация – создание внутренних образов в сознании человека, позволяющее активизировать эмоциональную память и работать наше подсознание;

4) самовнушение – создание установок, воздействующих на подсознательные механизмы психики. Это утверждение, что успех возможен. Оно выражается от первого лица в настоящем времени.

Указанные механизмы лежат в основе и более сложных техник – аутогенной тренировки и особенно медитации.

Медитация – система духовной практики, позволяющая человеку взять на себя ответственность за содержание своих мыслей. Студентам рекомендуется основательно проработать главы, посвященные медитации в работах В. Леви, Дж. Рейноутер и Э. Цветкова.

¹ См. Фуко М. Герменевтика субъекта: Курс лекций, прочитанных в Коллеж де Франс 1981—1982 учебном году /Пер. с фр. А. Г. Погоняйло. — СПб.: Наука, 2007.

5. Человек как индивид. Индивидуальные свойства человека

Попытаемся ответить на вопрос, а что такое индивидуальность человека и в каких формах она проявляется. Человек как индивид предстает в своих природных, биологических особенностях, как человеческий организм. По сути, речь идет о телесном бытии человека. Индивид – это, прежде всего, генотипическое образование, продукт биологической эволюции. Человек как индивид – это также продукт филогенетического и онтогенетического развития. И если родовое бытие человека – это первый полюс, то индивид – это другой полюс человеческой реальности. Нас индивидуальность интересует в той мере, в какой она проявляется в функционировании человеческой субъективности. Ведь природные, телесные свойства человека составляют условия и предпосылку развития его внутреннего мира, формирования его специфически человеческих способностей. Нам интересно, как конкретно органическое, природное проявляется в субъективном мире человека, и как оно преобразуется в зависимости от субъективных установок и образа жизни. Чаще всего природные свойства подразделяют на возрастно-половые и индивидуально-типические. И те и другие в определенный период времени становятся предметом осознания, рефлексии и оказывают то или иное влияние на развитие субъективности. Интересным здесь является вопрос о становлении половой идентичности как одного из направлений социализации. Этот процесс определяется и направляется с помощью особых социальных и культурных средств – половых ролей. Под половой ролью понимают систему специальных стандартов, предписаний, стереотипов, которым человек должен соответствовать, чтобы его признавали как мальчика – мужчину или девочку-женщину. В современном обществе происходит процесс демократизации отношения полов, стирание границ между «мужскими» и «женскими» профессиями, изменяются нормативные представления о мужских и женских половых ролях, нивелируются казавшиеся «естественными» различия. Становление половой идентичности не обусловлено прямо и непосредственно

наличием социальных стереотипов, представлений и ожиданий. Они становятся средствами осознания собственной половой принадлежности. Процесс социализации требует освоения соответствующих половых ролей и обучения ролевому поведению.

В индивидуально – типических свойствах человека отметим конституционные особенности (морфология, анатомия, строение тела) и темперамент как интегративную характеристику индивидуальных свойств человека. Существуют различные классификации строения тела: к примеру, Э. Кречмера, У.Шелдона. При этом следует отметить, что сами по себе особенности телосложения не определяют развитие качеств и особенностей субъективной реальности. Их реальное влияние неоднозначно, зависит от возраста и проявляется в системе межличностных отношений носителей этих телесных качеств. Однако отмечено также, что тот или иной тип телосложения имеет определенную социальную ценность и неодинаковую привлекательность. Не строение тела и конституция сама по себе определяют особенности поведения и характера человека, а оценка телесных свойств окружающими, и в большей степени самовосприятие их индивидом¹.

Осознавая свои темпераментные особенности, субъект должен иметь ввиду две наиболее значимые характеристики темперамента человека – общую психическую активность человека и его эмоциональность. Активность - это динамико-энергическая напряженность поведения человека, проявляющаяся в его взаимоотношениях с природным и социальным миром. Эмоциональность – это все богатство и разнообразие настроений человека: впечатлительность, чувствительность, импульсивность, эмоциональная возбудимость, эмоциональная устойчивость, лабильность и др. Осознание своего темперамента и овладение человеком своими психодинамическими особенностями связаны с выработкой индивидуального стиля деятельности.

¹ См. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Основы психологической антропологии. Психология человека: Введение в психологию субъективности. Учебное пособие для вузов. — М.: Школа-Пресс, 1995. —С.227-233.

Что касается тела и телесности. В нашем курсе мы все же рассматриваем не столько тело как таковое, сколько определенные изменения сознания, связанные с телом. По мнению В.Розина категория телесности начала вводиться в философский дискурс под влиянием культурологии и семиотики, поскольку обнаружилось, что в разных культурах тело понимается и ощущается по-разному. А с другой стороны в результате нового понимания понятий «болезнь», «боль», «организм». Оказалось, что это не столько естественные состояния тела, сколько присваиваемые, формируемые и переживаемые человеком культурные и ментальные концепции¹. Необходимо развести понятия тела и телесности, связав с последней переживаемые процессы, понимаемые в культурно-семиотическом и психотехническом залоге. Итак, телесность – это новообразование, вызванное новой формой поведения, то, без чего это поведение не могло бы состояться, это реализация определенной культурной и семиотической схемы, наконец, это именно телесность, то есть модус тела. Рассматривая роль поцелуя в культуре, В.Розин подчеркивает, что поцелуй не является естественным атрибутом тела или поведения человека. Это явно культурное изобретение, не менее гениальное в своей области, чем изобретение колеса или книги. Осваивая поцелуй (а поцелую именно учатся), влюбленный строит новые взаимоотношения: преодолевает страх, вызванный запретом и тайной существа другого пола. Целуя, человек как бы вводит другого внутрь себя, позволяет ему слиться с собой. Итак, появление поцелуя, конечно, не могло развиваться из пищевой и речевой функций. Оно обусловлено, по меньшей мере, несколькими обстоятельствами: социокультурной ситуацией; наличием в культуре определенных концепций и образцов; психотехнической работой, открытием новой единицы телесности (формы, органа) и т.п.² В отличие от тела, которое растет и затем стареет, телесность претерпевает самые необычные изменения. Органы телесности, по мнению В. Розина, могут в

¹ См. Розин В.М. Человек культурный. Введение в антропологию: Учебное пособие. — М., 2003. — С.213-231.

² Там же. — С. 215.

течение жизни рождаться и отмирать. У человека могут складываться и более крупные образования телесности – тела, например, «тело любви», «тело мышления», «тело общения», «тело летчика», «тело композитора», «тело танцора» и т.д. А ведь встречаются еще и «ментальное тело», «астральное тело» и др.

Интересны размышления о природе человеческого тела и природе секса у М.Фуко. Обособление секса М.Фуко относит к 18-19 вв. и связывает его со становлением социальных институтов религиозной исповеди, образования, медицинского контроля и лечения, правосудия в отношении половых отклонений. Первый шаг – это появление в рамках определенного социального института (церкви, школы, мед. учреждения) задачи отслеживать отклонения от нормального поведения своих клиентов и подопечных с целью возвращения их в лоно нормы. Второй шаг – развитие под воздействием этих идей различных практик контроля и подавления (лечения, исправления). В школах насаждается институт тьюторов, надзирателей, классных дам, которым предписано следить и наказывать. В медицинских учреждениях разрабатываются техники обследования, контроля и лечения. В пенитенциарных учреждениях сочиняются многочисленные правила и запрещения сексуальных нарушений, за строгим исполнением которых следят надзиратели. Третий шаг – реакция индивида на воздействие новых практик контроля и подавления. Индивид под влиянием науки ищет и находит причину и источник своих проблем и девиантного поведения. Понятие секса, по мнению М.Фуко, позволило этому фиктивному единству функционировать в качестве каузального принципа, вездесущего смысла, повсюду требующего обнаружения тайны как единственное означающее и как универсальное означаемое¹.

6. Субъект как источник активности и распорядитель душевных сил.

¹М. Фуко Воля к истине. – М., 1966. — С. 262.

Субъект в философском анализе определяется как носитель предметно-практической деятельности и познания, источник активности на объект. Понимание субъекта связывается с наделением человеческого индивида качествами активности, самостоятельности. Умелости в осуществлении специфически человеческих форм жизнедеятельности. Стать субъектом определенной деятельности значит освоить эту деятельность, овладеть ею, быть способным к ее осуществлению и изменению. Вместе с тем допускается употребление этого понятия и в более широком контексте – как субъекта собственной жизни, как распорядителя душевных и телесных способностей. Человек как субъект способен превращать собственную жизнедеятельность в предмет практического преобразования, относиться к самому себе, оценивать способы деятельности, ее ход и результаты и изменять ее приемы.

Достижение человеком уровня субъектности предполагает овладение им совокупностью родовых способностей: мышления, сознания, желаний, воли, чувств и т.д. Включая в себя всю совокупность проявлений человеческого, субъект представляет собой особого рода целостность. Такая целостность формируется в ходе исторического и индивидуального развития. Человек в процессе своего развития не может полностью совпадать с условиями своей жизнедеятельности, а должен встать в отношение к ним, к своей природе. И чтобы это осуществилось, эта жизнедеятельность должна быть ему дана как несовпадающая с ним. И должен, следовательно, осуществиться выход за пределы натурального, непосредственного течения жизни. Итак, чтобы стать человеком, он должен постоянно превращать саму природу (свой организм, свое тело и т.д.) в особый функциональный орган, реализующий субъектное отношение к ней, превращать природные условия во «вторую природу». Таким образом, деятельностно - преобразовательный способ существования человека как субъекта связан с появлением собственно индивидуального рефлексированного сознания. Человеческий индивид не рождается, а становится субъектом в процессе общения и деятельности. В нашем контексте

человек как субъект представляет собой целостность душевной жизни, интеграцию его субъективных процессов, функций, свойств – особую реальность. Субъектность – это многообразие способностей и механизмов, обобщенно представленных в таких реалиях как разум, чувства, воля, способности, характер человека. Понятно, почему субъектность предстает центральным образованием человеческой субъективности. И нам интересно проследить, как структурируется внутренняя реальность человека, как он осуществляет власть над собой? Душевную жизнь человека можно рассматривать как единство трех ее важнейших частей: мыслительной, желающей и чувствующей.

Желание есть переживание и осознание возможности чем-либо обладать или что-либо осуществить. Желание характеризуется отчетливой осознанностью предмета потребности и возможных путей ее удовлетворения. Будучи эмоционально окрашенным, желание обостряет осознание цели будущего и построение его плана. Желание является, таким образом, объективированным, опредмеченным переживанием. Мечта – это своего рода отсроченное желание. Это образ желаемого.

Мечта, интерес, идеалы, убеждения вместе составляют направленность личности, выступающую в качестве интегративного внутреннего фактора мотивации поведения и деятельности человека. Осознание своих желаний, мотивов приводит человека к выявлению цели. Руководство потребностями, желаниями, мотивами субъекта составляют основную функцию воли человека.

Что же касается определения волевого действия, то к нему мы относим те действия, которые совершаем не по внутреннему побуждению, а по необходимости.

Эти действия, как правило, вязаны с преодолением встретившихся нам трудностей, которые выявляют в нас ряд качеств: настойчивость, выдержку, терпение и др. Субъектное или произвольное поведение человека осуществляется в результате сильного устойчивого мотива и не нуждается в

волевой регуляции. Механизм же волевого действия другой, когда у субъекта отсутствует заинтересованность, когда он должен подчиниться внешним требованиям, когда субъект действует по необходимости, а не непосредственному желанию. То есть необходимость волевой регуляции возникает при недостатке побуждения к действию. Волевая регуляция в ее развитых формах – это подключение непосредственно не значимого, но обязательного для исполнения действия, превращение заданного действия в личное, соединение требуемого поведения с нравственными мотивами и ценностями. Волевым человеком следует считать человека, способного создавать дополнительное побуждение к действию путем изменения смысла этого действия. Осознание силы воли или ее слабости, недостаточности, укрепление волевого компонента является важным моментом самоконтроля и саморазвития.

Эмоции и чувства являются также особой стороной душевной жизни человека. Что такое чувства, как они связаны с желаниями? Как человек переживает события своей жизни и как он может овладеть и управлять эмоционально-чувственной сферой своей души?

Свой способ овладения и управления отрицательными чувствами и эмоциями дают нам римские стоики, тексты которых внимательно разбирает и интерпретирует в своей работе «Герменевтика субъекта» М.Фуко. Напомню, что эллинистическая и римская философская мысль создала целую систему техник себя, практик овладения собой и отношения к самому себе в рамках древнего императива заботы о себе. В нашем контексте знакомство с этими практиками, безусловно, полезно. М.Фуко приводит в качестве примера Сенеку, который советует: « Хочешь избавиться от страха и тревоги - представь себе, что пугающее тебя случится непременно»¹. Какова бы ни была беда, найди ей меру и взвесь свой страх, тогда ты наверняка поймешь, что несчастье, которого

¹ Фуко М. Герменевтика субъекта: Курс лекций, прочитанных в Коллеж де Франс 1981—1982 учебном году /Пер. с фр. А. Г. Погоняйло. — СПб.: Наука, 2007. — С.511.

ты боишься, или не так велико или не так длительно». Другими словами, Сенека призывает Луцилия найти меру событию и в конце концов убедиться, что зло не так велико или не так длительно. Необходимо трудиться, чтобы вывести мысль о будущем из-под власти воображения, которому она обычно подчинена. Необходимо снять маску с людей и событий, от которых человек цепенеет от ужаса, и вернуть им подлинный облик. И здесь Сенека, прежде всего, обращается к смерти, которая, когда о ней думаешь, предстает в облике пыток, страданий и боли. Не дать разгуляться воображению и увидеть за всем этим страшным просто боль, которая «легка, если я могу ее вынести, и коротка, если не могу». Суть этого упражнения стоиков состоит в том, чтобы редуцировать реальность зла, лишив его устрашающих атрибутов. Это и есть форма подготовки, в ходе которой мы убеждаемся, в нереальности того, что себе вообразили в этом упражнении.¹

Продолжением этого испытания у стоиков является размышление о смерти. Вообще размышление о смерти - это очень древняя практика, известная и у Платона и у Пифагорейцев. Однако М.Фуко особо выделяет эллинистическую и римскую практику себя в отношении размышления о смерти. Смерть неизбежна, и она может прийти в любой момент. Это событие не какой-то степени важности, а событие решающее. Стало быть, именно к этому событию следует готовить себя посредством упражнения, в котором мысленное предварение зла достигло своей высшей точки. И здесь важна именно это особая форма осознания себя, особенный взгляд на себя, которым мы глядим с точки зрения смерти, взгляд, обусловленный подобной актуализацией смерти. Вот упражнение, которое Сенека предлагает Луцилию состоит в том, чтобы прожить день так, как если бы вся жизнь истекала бы вместе с ним. Мало сказать, сегодня я могу умереть, надо так прожить день, чтобы каждая его минута была минутой большого дня и последней минутой

¹ Фуко М. Герменевтика субъекта: Курс лекций, прочитанных в Коллеж де Франс 1981—1982 учебном году /Пер. с фр. А. Г. Погоняйло. — СПб.: Наука, 2007. — С.513.

жизни. И если это удастся, то можно с улыбкой сказать себе: «Прожита жизнь». Так Марк Аврелий пишет: «Совершенство характера заключается в том, чтобы проводить каждый день как последний»¹. Особая значимость этого упражнения состоит в том, что позволяет человеку воспринять себя двояким образом. Во-первых, взглянуть на себя как бы сверху вниз на свое настоящее, прервать течение жизни, поток впечатлений. И тогда, замороженное смертью настоящее, миг или день, предстанут в своем истинном виде. Станет ясно, чего они стоят. Чего стоит то, чем я занят, чего стоят мои труды, моя мысль? Все это выяснится, когда я буду думать о них как о том, что делается в последний раз. Выполнять свое дело как последнее в твоей жизни, тогда оно очистится от всякого безрассудства, от вызванного страстями отвращения, от лицемерия — советует Марк Аврелий.

Второй способ взглянуть на себя перед лицом смерти — это ретроспективный взгляд на всю прожитую жизнь в целом. И тут может открыться истина, то есть значимость этой жизни. Сенека: «Смерть покажет, чего я достиг, ей и поверю. Подоспеет конец и тогда станет ясно, что ты успел»². Именно мысль о смерти делает эту оглядку на жизнь и ее оценивание особенной. Упражнение в смерти — это лишь способ взглянуть на свою жизнь, стянуть ее петлей памяти, окинуть ее оценивающим взором, который охватывает ее в целом и которому она предстает такой, какая есть.

Другое упражнение, позволяющее очиститься от дурных мыслей — это досмотр души. Старое еще пифагорейское упражнение «досмотр души» нужен не для того, чтобы сделать суждение о том, что мы сделали за день. Перебирая в мыслях сделанное, мы изгоняем зло, очищаемся и обеспечиваем себе спокойный сон. Мысль о необходимости очистить душу для спокойного сна связана с представлением, что во сне душа раскрывается, вся как она есть.

¹ Фуко М. Герменевтика субъекта: Курс лекций, прочитанных в Коллеж де Франс 1981—1982 учебном году /Пер. с фр. А. Г. Погоняйло. — СПб.: Наука, 2007. — С.519.

²Там же. — С.520.

Именно во сне можно увидеть чистая она или нет, взволнованная или спокойная. Во сне душа испытывается на чистоту. У стоиков досмотр души засвидетельствован в двух формах: утренней и вечерней. Особо ценно вечернее упражнение. Перед тем как заснуть необходимо вспомнить все по порядку, что сделано за день. При этом нельзя ничего пропустить и не давать себе никакой поправки и стать самому себе судьей. Однако М.Фуко отмечает, что этот тип дознания отличается от христианского суда совести, ведь перед нами управленческая, по сути, работа смотрителя, который досматривает, доглядывает за самим собой. При этом Сенека подчеркивает, что он себя судит, но не казнит. Просто говорит себе: «больше так не делай!». Досмотр души – это испытание на применимость основных правил действия, на актуальность целей, которые следует помнить и на адекватность средств, которые следует применить. Другими словами досмотр души – это некоторое испытание того, соответствуют ли совершенные действия установленным душой правилам. В этом упражнении оказывается возможной засечка своего местоположения, далеко ли мы до цели, действительно ли нам удалось воплотить те принципы, которым нас учило умозрение. Что я собой представляю как нравственный субъект истины? В какой степени, мере и до какой критической точки я – все еще тот, в ком субъект истины и субъект действия совпадают? Или так: в какой степени, известные мной истины в процессе устроенного мной досмотра души, действительно являются формами действия, правилами действия, принципами поведения, которыми я руководствуюсь в течение дня и всей жизни? Насколько я преуспел в этом делании себя, которое составляет суть всех аскетических операций в данной форме мышления? Насколько я преуспел в делании себя этическим субъектом истины? Насколько я преуспел в этой операции, которая позволяет совместить, согласовать во мне субъекта истины и субъекта правильных действий? Досмотр души имеет именно такой смысл. Он должен быть всегдашним барометром, ежевечерней сверкой, проводимой в процессе формирования этического субъекта истины. Досмотр души для того и

производится, чтобы обеспечить себя запасом истинных речей, позволяющих нам руководить собой. Эпиктет, цитируя стихи Пифагора, добавляет: «философствовать – это готовить себя!»¹. Надо заботиться о себе - полагают греки и римские стоики, чтобы быть готовым к ряду непредвиденных обстоятельств, событий и, следовательно, надо заниматься разными упражнениями, в которых события эти представляются уже очищенными от всего, что могло нарисовать вокруг них воображение и сведенными к минимуму реальности. Именно эти упражнения, их внутренняя логика, делают возможным проживание всей жизни как испытания. Подводя итог приведенным выше упражнениям, М.Фуко уточняет определение философской аскезы. В философской аскезе, согласно автору, следует видеть некий способ конституирования субъекта истинного знания в качестве субъекта правильного действия. Когда человек одновременно учреждает себя в качестве субъекта истины и субъекта правильного действия, он помещает себя в мир или окружает себя таким коррелятивным себе миром, который понят, узнан и испытан как испытание. В античной мысли, начиная с эллинистического и имперского периодов, реальное стало мыслиться как место для опыта себя и как повод для испытания себя.²

7. Духовное бытие человека. Ступени духовного роста человека.

Духовность относится к родовым определениям человеческого способа жизни. Дух есть то, что связывает отдельного человека со всем человеческим родом во всем богатстве культурного и исторического бытия. С общекультурной точки зрения духовность представляет собой сложную совокупность духовных норм и ценностей, идеальный комплекс норм, которые противостоят субъекту и обществу не как данность, а как заданность и требование. Духовность не следует понимать как новую ступень усложнения

¹ Фуко М. Герменевтика субъекта: Курс лекций, прочитанных в Коллеж де Франс 1981—1982 учебном году /Пер. с фр. А. Г. Погоняйло. — СПб.: Наука, 2007. — С.525.

² Там же .— С.528.

индивидуальных личностных функций и способностей, как более высокий уровень развития прежних, уже существующих свойств человека, как вершину и предельную утонченность душевности. Новый принцип, делающий человека человеком, согласно М.Шелеру, вообще лежит вне всего того, что мы можем назвать жизнью. Этот принцип, М.Шелер обозначал словом дух. Замечательный русский философ Иван Ильин писал: «Тело человека несвободно. Оно находится в пространстве и во времени, среди множества других тел и вещей. Все это делает человека несвободным в движении, смертным, всегда подчиненным всем законам и причинам вещественной природы. Он может не знать о них или забыть об их действии. Но освободиться от них он не может. Несвободна и душа человека. Прежде всего, она связана таинственным образом с телом и обусловлена его здоровой жизнью. Она связана своим внутренним устройством, которого она сама не создает и нарушить не может: законами сознания и бессознательного, силою инстинкта и влечений, законами мышления, воображения, чувства и воли... душа не творит сама этих законов, а подчиняется им и не может изменять их по произволению. Но духу человека доступна свобода, и ему подобает свобода. Ибо дух есть сила самоопределения к лучшему. Он имеет дар – вывести себя внутренне из любого жизненного содержания, противопоставить его себе, оценить его, избрать или отвергнуть... дух есть сила, которая имеет дар усилить себя и преодолеть в себе то, что отвергается; дух имеет силу и власть создавать формы и законы своего бытия, творить себя и способы своей жизни»¹.

А вот как понимает духовность М.Фуко: это «поиски, практика, опыт, посредством которых субъект производит в себе самом изменения, необходимые, чтобы получить доступ к истине»². Духовность - это совокупность этих поисков, практик, опыта. Это могут быть практики очищения, аскеза, отречение, обращение, изменение образа жизни и т.п. И из

¹ Ильин И.А. Собр. Соч. в 10 т. – М., 1993. Т.1. – С.95.

² Фуко М. Герменевтика субъекта: Курс лекций, прочитанных в Коллеж де Франс 1981—1982 учебном году /Пер. с фр. А. Г. Погоняйло. — СПб.: Наука, 2007. — С.27.

них-то и складывается та цена, - причем дело идет не о познании, а о самом существовании субъекта,- которую он должен заплатить, чтобы получить доступ к истине. «Принцип духовности в античности гласит: не может быть истины без обращения или преобразования субъекта»¹. Философская тема и тема духовности в античности всегда сопряжены. Забота о себе и обозначает совокупность требований духовности, все те преобразования самого себя, которые нужны для получения доступа к истине. Духовность – это род практик, исходящих из постулата, который гласит, что субъект, какой он есть, не способен прийти к истине, но истина, как она есть, способна спасти и преобразовать субъекта.

Индивидуальный дух человека предстает в различных обликах, раскрывающих не только различные стороны, но и уровни человеческой реальности. Различают, к примеру, личностное, индивидуальное и универсальное бытие человека.

Понять свою самость в истинном, полном значении этого слова – значит не просто констатировать ее фактическое наличие («Я есмь такой-то и такой-то») и не просто волевым напором утвердить ее в мире людей и вещей («Я - сам»), а прежде всего усмотреть ее идеальную, самоценную, очевидно осмысленную необходимость бытия. Трансцендирование к данному смыслу, его откровение нам – это и есть то, что мы переживаем как «дух» или «духовную реальность», без чего по существу не может обойтись наше субъективное непосредственное самобытие – наша самость. Самость (субъективность) человека стоит, таким образом, всегда на пороге между душевным и духовным бытием, место, где духовное проникает в душу. На этом основана таинственная способность человека – «единственный подлинный признак, отличающий его от животного, - соблюдать дистанцию в отношении самого себя, привлекать свою

¹ Фуко М. Герменевтика субъекта: Курс лекций, прочитанных в Коллеж де Франс 1981—1982 учебном году /Пер. с фр. А. Г. Погоняйло. — СПб.: Наука, 2007. — С.28.

непосредственную самость на суд высшей инстанции, оценивать и судить ее и все ее цели»¹.

«Личность, – пишет С.А. Франк, есть самость, как она стоит перед лицом высших, духовных, объективно-значимых сил и вместе с тем проникнута ими и их представляет, – начало сверхприродного, сверхъестественного бытия, как оно обнаруживается в самом непосредственном самобытии»². Эту высшую инстанцию самости имеет каждый человек в своем духовном состоянии. На этой ступени духовного развития формулой бытия для самого человека, а главное – для Другого становится «Я-лично!», ибо личность – это прежде всего персонализированная, самоопределившаяся самость среди других, для других и тем самым – для себя. Указанные ступени развития индивидуального духа подробно рассмотрены В.И. Слободчиковым и Е.И. Исаевым в совместной книге «Основы психологической антропологии»³. Поскольку духовное бытие человека конституирует личность, к его существу принадлежит и индивидуальность. Это следующая ступень духовного бытия. Человек как индивидуальность раскрывается в самобытном авторском «прочтении» социальных норм жизни, в выработке собственного, сугубо индивидуального (уникального и неповторимого) способа жизни, своего мировоззрения, собственного лица, в следовании голосу собственной совести. Индивидуализация душевной жизни есть кардинальная и глубочайшая инверсия (обращение). Индивидуализация бытия человека, трансцендирование внутрь, в глубины субъективности, человеческой самости и высвечивание ее есть условие встречи с бесконечностью духовного царства, с бесконечностью Универсума, в котором впервые конституируется подлинное «Я», образуется действительно полное, свободное «бытие – у - самого – себя». Здесь речь идет уже не о свободе

¹ Франк С.Л. Сочинения – М.:1990. – С. 408-409.

² Там же.

³ См. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Основы психологической антропологии. Психология человека: Введение в психологию субъективности. Учебное пособие для вузов. – М.: Школа-Пресс, 1995.

чистой непосредственности, которая на самом деле захватывает и оккупирует нашу самость, и не о свободе самоопределения, которая всегда предполагает борьбу и преодоление в личности, а об истинном окончательном освобождении, где даже предельная индивидуальность «жертвует» своею уникальной единичностью и лишь становится причастной к бесконечному универсальному бытию¹.

¹ См. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Основы психологической антропологии. Психология человека: Введение в психологию субъективности. Учебное пособие для вузов. – М.: Школа-Пресс, 1995.

